READ ONLY IF YOU'RE PREPARED TO GET YOUR FEELINGS HURT

THE RUDEST BOOK EVER

INSANELY PRACTICAL IDEAS TO FREE YOUR MIND FROM ALL BULLSH*T

SHWETABH GANGWAR

VISIT…

ક્યારેય રુસ્ટ બુક

શ્વેતાભ ગંગવાર એક નવલકથાકાર, જાહેર વક્તા, વ્યાવસાયિક સમસ્યા- નિરાકરણક અને યુ ટ્યુબ પર બે મિલિયનથી વધુ ફોલોઅર્સ છે. તે તેના ઇન્સ્ટાગ્રામ પર તેમને મોકલેલી લોકોની સમસ્યાઓ સમર્પિત રીતે હલ કરે છે, અને બને તેટલી વિડિઓઝ બનાવે છે. તે તેને તેના જીવનના હેત અને તેનાથી વાસ્તવિક અર્થમાં લાવે છે.

Book House1

चैनल जॉइन करने के लिए telegram
डाउनलोड करने के बाद सर्च में
@BOOKHOUSE1 लिखे और सर्च करे

https://t.me/bookhouse1

THE RUDEST BOOK EVER

INSANELY PRACTICAL IDEAS TO FREE YOUR MIND FROM ALL BULLSH*T

SHWETABH GANGWAR

2019 માં પ્રથમ વેસ્ટલેન્ડ પબ્લિકેશન્સ પ્રાઇવેટ લિમિટેડ દ્વારા પ્રકાશિત

પહેલો માળ, એ બ્લોક, પૂર્વ વિંગ, પ્લોટ નંબર 40, એસપી ઇન્ફોસિટી, ડ
MG.એમ.જી.આર. સલાઇ, પેરુંગુડી, કંડનચાવડી, ચેન્નાઈ 600096

વેસ્ટલેન્ડ, વેસ્ટલેન્ડ લોગો એ વેસ્ટલેન્ડ પબ્લિકેશન્સ પ્રાઇવેટ લિમિટેડ અથવા તેના આનુષંગિકોના ટ્રેડમાર્ક છે.

ક Copyrightપિરાઇટ © શ્વેતાભ ગેંગવાર, 2019

આઇએસબીએન: 9789388754439

આ કાર્યમાં વ્યક્ત કરેલા મંતવ્યો અને મંતવ્યો લેખકના પોતાના છે અને હકીકતો તેમના દ્વારા અહેવાલ મુજબ આપવામાં આવે છે, અને પ્રકાશક કોઈ પણ રીતે તેના માટે જવાબદાર નથી. બધા હકો અમારી પાસે રાખેલા છે

આ પુસ્તકનો કોઈ પણ ભાગ પુનrઉત્પાદન કરી શકાશે નહીં, અથવા પુન .પ્રાપ્તિ સિસ્ટમમાં સંગ્રહિત કરી શકશે નહીં, અથવા કોઈપણ સ્વરૂપમાં અથવા કોઈપણ માધ્યમથી, ઇલેક્ટ્રોનિક, યાંત્રિક, ફોટોકોપીંગ, રેકોર્ડિંગ અથવા અન્યથા, પ્રકાશકની સ્પષ્ટ લેખિત મંજૂરી વિના ટ્રાન્સમિટ કરી શકાશે નહીં.

હું આ પુસ્તકને બે લોકો માટે સમર્પિત કરું છું જેની હું મારા જીવનમાં સૌથી વધુ પ્રશંસા કરું છું - મારી મમ્મી અને મારી પત્ની. હું મારી મમ્મીને તેના અનિવાર્ય તાકાત માટે આભાર માનું છું જેણે મારા જે બાળકનું રક્ષણ કર્યું હતું. તે સંરક્ષણથી મને મારામાંના આકારની છૂટ મળી. હું મારી પત્નીના તેમના દ્ર determination નિશ્ચય અને જીવનના મૂલ્યો માટે આભાર માનું છું, જે તે વ્યક્તિને વધુ સારા બનવા માટે પ્રભાવિત કરે છે.

સમાવિષ્ટો

[એક નાનો મોટો અગત્યનો પરિચય એક પ્રકરણ તમે ઉત્પાદન
છો
પ્રકરણ તમે જાણો છો કે તમે વિશેષ પ્રકરણ ત્રણ બનવા માંગતા હોવ કે જે
પ્રકરણો યુ.એસ. માટે કરે છે તે પ્રકરણ ચાર લોકો વાઈડ છે.
અધ્યાય પાંચ નિષ્ફળ થાય છે?
પ્રકરણ છઠ્ઠું પ્રેમ શોધી શકે છે એએસએસ અધ્યાયમાં સાત વાગ્યે તમારી પોતાની
મૃત્યુ કેવી રીતે થાય છે
અધ્યાય આઠ સ્ક્રૂ ખુશ
અધ્યાય નેઈ પસંદ કરેલો સંતોષ, પ્રકરણ નહીં, દસ ક્રુ લોકો પસંદ કરો
અગિયાર તમે એક રાષ્ટ્ર બાર સ્ક્રુ તમારા નાયકો પ્રકરણ તેર પ્રશંસક છું, ક્યારેય
અનુસરો પ્રકરણ છી ઓનલાઇન પંદર નથી ચૌદ THE ટુકડાઓ SUCK અપ
એક સંબંધ સોળ LEARNING કેવી રીતે લાગે છે
અધ્યાય સિત્તેરને ક્યારેય ભૂલી ન શકાય તેની થોડી સરળ બાબતો](#)

એક નાનો મોટો અગત્યનો પરિચય

- આ પુસ્તક દ્રષ્ટિકોણનો સંગ્રહ છે. તે એક વાહિયાત વસ્તુ વિશે નથી.
- આ પુસ્તક શીખવવાનો અર્થ નથી. તે તમને વિચારવા માટે લખ્યું છે, તેથી જ ચાર્જ કરેલી ભાષા, પુસ્તકનું શીર્ષક અને કઠોર અભિગમ. તેમ છતાં પુસ્તક સંપૂર્ણ પ્રચાર કરે છે, મારે તમારા તરફથી જે જોઈએ છે તે વિશે વિચારવું છે.
- અનિવાર્યપણે, આ પુસ્તક તમારા મનને તમામ તેજીથી મુક્ત કરવા વિશે છે જે તમે જાણે અજાણતાં પોતાને સાથે જોડ્યા છે અને તે તમારા જીવનના લોકોને સુખના વિચારોથી લઈને પીડિત છે . તે દરેક વસ્તુમાં ફાડી નાખશે.
- કારણ કે આ પુસ્તક તમને મુક્ત કરવા વિશે છે, તે તમારા જીવનમાંથી ઘણી વસ્તુઓ વિશે વાત કરે છે.
- જ્યારે પણ તમે કોઈ વાતથી અસંમત હોવ ત્યારે, તેની પાછળ તમારી તર્ક શા માટે છે તે વિગતવાર લખો અને ભગવાનને પ્રાર્થના કરો કે તે તંદુરસ્ત નથી જેવું લાગે છે, હું અસંમત છું કારણ કે મારી લાગણીઓને તે ગમતું નથી.

પ્રકરણ એક

તમે ઉત્પાદન છો

અરે, સાથી, તમે કેમ છો? તમે ખુશ નથી કે તમે આ પુસ્તક ખરીદ્યું છે! ઠીક છે, અમે એકસાથે પ્રવાસ પર જવાના છીએ. અને જ્યાં સુધી તમે આ પુસ્તક વાંચશો ત્યાં સુધી હું તમારો મિત્ર બનીશ. આ એકમાત્ર કેસ છે કે જેમાં આ લાગુ પડતું નથી, જો તમે આ પુસ્તકને ગેરકાયદેસર રીતે ડાઉનલોડ કર્યું હોય, તો આ કિસ્સામાં, તમે વાહિયાત થાઓ.

તમને બુલશીટથી મુક્ત કરવા માટે આ પુસ્તક અત્યંત વ્યવહારુ વિચારો વિશે છે. ચાલો હું આ કહીને પ્રારંભ કરું: આમાંના ઘણાં તમારા માતાપિતાની નોકરી હોવાનું માનવામાં આવતું હતું. હું તમારા માતાપિતા વિશે કંઈપણ ખરાબ કહીશ નહીં. હું ફક્ત એટલું જ કહી રહ્યો છું: જો લોકો ઉત્પાદનો હોત, તો પછી આપણે જે આપણી આજુબાજુ જોશું તે ખરેખર છીંડા છે. તેથી, સ્પષ્ટ રીતે, માતાપિતા રોયલી રીતે તેમની જોબ્સને પસંદ કરે છે.

હું તમને જે વિશ્વ લાવ્યો છું તેનો પરિચય આપું
માં:

વિશ્વ તમારા વિશે ઉડાન ભરી દેતું નથી. આ વિશ્વ એવા લોકોથી ભરેલું સ્થાન છે જે મિત્રો, પ્રેમીઓ અને શુભેચ્છકોના રૂપમાં આવશે ; ભાવનાત્મક એડહેસિવ્સના સ્વરૂપમાં, સુઘડ પેક કરેલા સપના અને મહત્વાકાંક્ષી લોલીપોપ્સ; બચાવનારાઓ, ફિક્સર્સ અને સેલ્સપર્સનના રૂપમાં. અમે તે બધા વિશે વાત કરીશું.

તો પણ, જ્યારે સમય આવે ત્યારે, તેમાંના ઘણા તમારો સંપૂર્ણ લાભ લેશે, તમને તમારી ભાવનાત્મક નિર્દોષતામાંથી મુક્ત કરશે અને તમારી દુનિયાને down ધુંચત્તુ કરશે. તે ખૂબ જ નિશ્ચિતરૂપે થશે, ઇતિહાસ તમને કહે છે કે, તમે કોણ છો અથવા તમે શું કરો છો તે મહત્વનું નથી, શ્રીમંત, પ્રતિભાશાળી, પ્રતિભાશાળી, સુંદર, મજબૂત, શક્તિશાળી, નમ્ર, પ્રકારની અથવા સાવચેત.

તેથી, તમે તૈયાર લાગે છે?

ચાલો તમારી સાથે પ્રારંભ કરીએ. તમે એક ઉત્પાદન છો. તમે તેની સાથે જોડાયેલ આશા સાથેનું ઉત્પાદન છો. તેનો અર્થ શું છે? તેનો અર્થ એ છે કે, એક દિવસ, તમે આ અદ્ભુત, કાર્યાત્મક એકમ , તમારી પોતાની સ્વતંત્રતા પર નોકરીઓ, કારકિર્દી, સંબંધો, વાતાવરણ અને આર્થિકતા પસંદ **કરવા સક્ષમ** બન્યા છો તે જ આશા છે. વધુ સારી પસંદગીઓ, વધુ સારું ઉત્પાદન તમે છો — આ એક સરળ કાયદો છે જેના આધારે વિશ્વ તમને ન્યાય આપે છે.

તેથી, અહીં તમારા વિશે થોડીક બાબતો છે:

Only Books Magazine

- વ્યક્તિ તૈયાર જન્મતો નથી.
- વ્યક્તિને તૈયાર રાખવી પડે છે.
- વ્યક્તિ સ્વભાવમાં ભાવનાશીલ હોય છે.
- વ્યક્તિ શરૂઆતમાં કેવી રીતે શીખવું તે જાણતો નથી; તે શોષણ કેવી રીતે કરવું તે જાણે છે, જેનો અર્થ તે તે તેના આસપાસનામાંથી જે શોષણ કરે છે તે શીખે છે. જ્યારે તમે બાળક હતા ત્યારે હું વાત કરું છું.
- વ્યક્તિએ કેવી રીતે શીખવું તે શીખવું પડશે.
- વ્યક્તિ વિચારી શકે છે, પણ *કેવી* રીતે વિચારવું તે જાણતો નથી , તેથી જ તે કેવી રીતે શીખવું તે શીખી શકતો નથી. આ મૂંઝવણભર્યું હોઈ શકે છે, પરંતુ તે પછીથી પુસ્તકમાં સ્પષ્ટ થશે.

- વ્યક્તિના જુદા જુદા અનુભવો પ્રત્યેની ભાવનાત્મક જવાબો તે અનુભવોની **અર્થઘટન બનાવે** છે, જે વ્યક્તિ સાચી હોવાનું માની લે છે. તેથી, ભાવનાત્મક પ્રતિસાદ એ વ્યક્તિના પ્રારંભિક શિક્ષકોમાંનું એક બને છે.
- 'ભાવનાત્મક પ્રતિભાવો' એ કચરો શિક્ષક છે, કારણ કે એક બાળક તરીકે, ભાવનાત્મક બુદ્ધિ અવિકસિત છે.
- કારણ કે વ્યક્તિ શોષણ દ્વારા શીખે છે, માતાપિતા અને આસપાસના અન્ય શિક્ષકો બની જાય છે. વ્યક્તિને કેવી રીતે વિચારવું તે શીખવવાને બદલે માતાપિતા અને આજુબાજુના લોકો શું વિચારવું તે શીખવે છે, અને તે પોતે ભયંકર શિક્ષક બનશે.
- શું વિચારવું તે શીખવવું એ ઉત્પાદનને કેવી રીતે વિચારવું તે શીખવાનું બંધ કરે છે અને વ્યક્તિ કેવી રીતે વિચારવું તે શીખતો નથી, તેથી તે આ વિશ્વ સાથે કેવી રીતે વ્યવહાર કરવો તે સંબંધિત મૂંઝવણમાં અને અસ્પષ્ટ થઈને મોટા થાય છે.

નિષ્કર્ષમાં, પેદાશ ખરાબ થવાની સંભાવના છે. ઉત્પાદન તમે છો.

કોઈ એક જન્મદિવસ છે

તમે તમારા જીવનના ઘણા પ્રસંગોએ આ કહ્યું હશે: લોકો મૂર્ખ લોકોની વાહિયાત વાતો કરે છે.
પણ કોઈ મૂર્ખ માણસનો જન્મ લેતો નથી - આપણે અજાણતાં મૂર્ખ બનવાનું પસંદ કરીએ છીએ

કારણ કે આપણે **કેવી રીતે વિચારવું** તેની પદ્ધતિઓ શીખવવામાં આવતી નથી . જ્યારે આ જ્ ofાનથી વંચિત હોય, ત્યારે લોકો માતા-પિતા, આજુબાજુ અને ભાવનાત્મક જવાબો પાસેથી જે શીખ્યા છે તે **તથ્ય શીખવા** તરીકે બેભાનપણે જુએ છે .

જેમ જેમ તમે વૃદ્ધ થશો અને જીવન કઠણ બનશે, 'કેવી રીતે વિચારવું' ની ક્ષમતા વિના, કોઈ વ્યક્તિ જે જાણે છે તેના પર ક્રુદરતી રીતે પાછું પડી જાય છે - જે આ 'તથ્યપૂર્ણ' શીખવાને વધુ મજબૂત બનાવે છે, એટલું કે કોઈ ચોક્કસ ઉંમરે, તેઓ બની શકે છે બદલી ન શકાય તેવા વિચારો, પૂર્વગ્રહો, પૂર્વગ્રહો અને વ્યવહાર કે જે હવે વ્યક્તિ છોડી શકશે નહીં.

હવે, તમે વિચારી શકો છો, *તે કઈ વાહિયાત વિશે વાત કરે છે? વાસ્તવિક અભ્યાસ? કેવી રીતે વિચારવું? શું વિચારવું?* અહીં એક ઉદાહરણ છે: એક જગ્યાએ વધવાની કલ્પના કરો જ્યાં તમે ફક્ત એક જૂથના લોકો સાથે વાતચીત કરી હતી. હવે, કલ્પના કરો કે લોકોના આ જૂથમાં એકદમ કડક, એકલ-માન્યતા સિસ્ટમ, સખ્ત વિચારધારાઓ અને નૈતિકતા અંગેના કડક સિધ્ધાંતો છે, તમારું જીવન કેવી રીતે જીવવું, શું યોગ્ય છે અને શું નથી. હવે, તે શીર્ષ પર, કલ્પના પણ કરો કે તેમની પાસે એવી કલ્પના છે જે અન્ય જૂથોના લોકો, અથવા અન્ય માન્યતા પ્રણાલીઓ અથવા સ્ત્રીઓ વિશે પણ એટલા દયાળુ નથી. જ્યારે તમે બાળકોને બરાબર તેવું વિચારવાનું શીખવો છો, ત્યારે તે કોઈકને શીખવવાનું કહેવામાં આવશે: **શું વિચારવું જોઈએ** . અર્થમાં બનાવે છે?

જો તમે આવા ઉપદેશો સાથે મોટા થઈ રહ્યા છો, તો તે તથ્યપૂર્ણ અધ્યયન કહેવાશે, કારણ કે તે તમારા માટે તથ્યપૂર્ણ **દેખાઈ** શકે છે , પરંતુ તે જરૂરી નથી. તેઓ ભય અને અજ્ .ાનતા પર આધારિત છે.

તેથી, સમય સાથે, જ્યારે તેઓ ચકાસણી દ્વારા સુધારવામાં આવતા નથી, ત્યારે આ તથ્ય શિક્ષણ લોકો માટે તથ્યપૂર્ણ સત્ય બની જાય છે. વાસ્તવિક સત્યનો અર્થ એ છે કે તેઓ જેઓ તેમનામાં વિશ્વાસ કરે છે તેનાથી અસ્પષ્ટ છે, અને તેઓ તેમના દ્વારા મરી જશે. અને એકવાર તમે કંઈક એવું માને છે કે જે તમે ભારપૂર્વક, તમે તેના ઉત્સુક ડિફેન્ડર બની જાય છે. એકવાર આપણે ડિફેન્ડર્સ બન્યા પછી, આપણે જૂથો બનીએ. એકવાર આપણે જૂથો બન્યા પછી, અમે અન્ય જૂથો સાથે અસહમત થઈએ છીએ, અને લડીશું, અને મત આપીશું, અને ઉજવણી કરીશું, અને જેનો વિચાર આપણા 'તથ્યપૂર્ણ' સત્યને સૌથી નજીકથી ગોઠવે છે તેના વતી બદનામી કરીએ છીએ.

તમારી આસપાસના ઉત્પાદનોના પ્રકારો

એવા લોકો પર આધારિત જેમને કેવી રીતે વિચારવું શીખવવામાં આવે છે અને લોકોને શું વિચારવું જોઈએ તે શીખવવામાં આવે છે, આ પરિણામો છે:

- કોઈ વ્યક્તિએ **શું વિચારવું** જોઈએ તેના પર વિચાર કર્યો, વિચારો, વિચારધારાઓ અને જીવનશૈલીને અનુસરવા જે વલણ સાથેના સંબંધને પડઘો. અમે આવું કરીએ છીએ, કારણ કે આપણે ઓળખાણથી સુરક્ષિત અનુભવીએ છીએ. જે પણ પરિચિત છે

  તમે તમારા માટે સારી રીતે જાણો છો. તેથી, તમે તેની સાથે સૌથી વધુ આરામદાયક છો.

- વ્યક્તિએ **વિચાર્યું કે કેવી રીતે વિચારવું** તે પ્રશ્ન પર આધારિત છે, ફિલ્ટર કરે છે અને વિચારો, વિચારધારાઓ અને જીવનનિર્વાહના રીતોને છોડી શકે છે જે પરિચિતતા સાથેના સંબંધને પડઘો પાડે છે. પરિચિતતા, સલામત હોવા છતાં, નક્કરતાની બાંયધરી આપતી નથી.
- કોઈ વ્યક્તિ **શું વિચારે છે તેના** પર લાવ્યું હતું **કે** પરાયું વિચારો, વસ્તુઓ અથવા લોકો દ્વારા જોખમ લાગે છે, જે કદાચ તેઓ જે જાણે છે અને પરિચિત છે તેના તરફ વધુ દબાણ કરે છે.
- કોઈ વ્યક્તિ **કેવી રીતે વિચારવું તે અંગે વિચાર્યું,** જ્યારે પરાયું વિચારો અથવા લોકો દ્વારા સામનો કરવો પડે છે **,** ત્યારે તેને સમજવામાં અને સમજવામાં રસ લે છે. તે જ સમયે, તેઓએ તેમના મનની રચના કરેલી પ્રથમ છાપનું નિરીક્ષણ પણ કરો. તેમને ધમકી આપવામાં આવી નથી, કારણ કે વર્ષોથી કેવી રીતે વિચારવું તે પ્રેક્ટિસ કરવાથી જિજ્ityાસા અને તપાસ વલણ createsભું થાય છે. તેથી, કોઈપણ વ્યક્તિ, વસ્તુ અથવા વિચાર જે પરાયું છે તે વિચારો માટેનું ખોરાક બની જાય છે.
- એક વ્યક્તિએ વિચાર્યું અને પોતાને દ્વારા વસ્તુઓ શોધવાને બદલે, તેમની સમસ્યાઓનું નિરાકરણ પૂછવા તરફ **શું વિચારવું જોઈએ** તેના પર વિચાર કર્યો. આ સ્વ-સહાય પુસ્તકોની અતિ લાલચું આવશ્યકતા , આત્મનિર્ભરતાનો અભાવ અને 'હોંશિયાર' લોકોનો onlineનલાઇન વિસ્ફોટ સમજાવે છે , લોકોને કેવી રીતે સફળ થવું તે શીખવવું, એક માણસ, કરોડપતિ, મજબૂત મહિલા, સ્માર્ટ, હોંશિયાર , ચપળ, ઉદાર અને સુંદર એક સાથે.
- જે વ્યક્તિ **કેવી રીતે વિચારવું** જાણે છે **તે** માનસિક સંવાદિતાને ધ્યાનમાં રાખીને અને તેમના જીવનના કાર્યકાળમાં સરળતા લાવવાની, પોતાની રીતે વિચાર કરીને, તર્કની પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરીને તેમની સમસ્યાઓનું નિરાકરણ શોધવાનો પ્રયાસ કરશે. તેમના જ્ knowledgeાનનો વિસ્તાર વધારવા માટે, તેમ છતાં, તેઓ પુસ્તકો વાંચશે, વિડિઓઝ જોશે અને બધી ઉપલબ્ધ માહિતીનો વપરાશ કરશે. તેઓ જ્ seekાન શોધે છે કારણ કે જ્ાનમાં દ્રષ્ટિકોણ છે. અને કેવી રીતે વિચારવું તેની ખેતી માટે એકઠા થઈ શકે તેટલા વૈવિધ્યસભર દ્રષ્ટિકોણોનો સંગ્રહ જરૂરી છે.
- છેલ્લે, એ વ્યક્તિ છે જે **ન હતી** પર લાવવામાં 'શું વિચારવું' હજુ કાર્યો જે લોકો શીખવવામાં આવતી હતી શું વિચારવું તરીકે જ. આવું થાય છે કારણ કે કોઈને માતાપિતાના માર્ગદર્શનથી વંચિત રાખી શકાય છે, પરંતુ તે ફક્ત શિક્ષકોમાંથી એક છે. અન્ય શિક્ષકો, જેમ કે આસપાસના અને તેમના ભાવનાત્મક જવાબો, હજી પણ તેમને 'શું વિચારવું' શીખવે છે. મૂળભૂત રીતે, 'કેવી રીતે વિચારવું' એ વિકાસના વર્ષો દરમિયાન સ્વ-શીખવી શકાતું નથી

એક વ્યક્તિ. તમે થોડા અપવાદો ટાંકી શકો છો, પરંતુ આ પુસ્તક અપવાદરૂપ લોકો વિશે નથી, તે લોકો વિશે છે.

તમારા માતાપિતા સંભવિત રૂપે મેસેજ કરે છે

માતાપિતા આ વિશ્વના પડકારોનો સામનો કરવા માટે તૈયાર ન હોય તેવા ઉત્પાદનોનું મોટાપાયે ઉત્પાદન કેમ કરે છે?

તે એક ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ પ્રશ્ન છે, એક વિચિત્ર પણ. તે બંને મહત્વપૂર્ણ અને વિચિત્ર છે કારણ કે તે ધારણાઓ પર બેસે છે કે:

- બધા માતાપિતા પ્રથમ સ્થાને માતાપિતા બનવા માંગે છે.
- જે લોકો માતાપિતા બને છે તે માતાપિતા બનવા માટે માનસિક રીતે તૈયાર હોય છે.
- જે લોકો માતાપિતા બને છે તે માતાપિતા બનવા માટે માનસિક રીતે યોગ્ય છે.

Only Books Magazine

શું તમે જાણો છો કે બાળક હોવાના કેટલા કારણો છે?

કોઈ એક માતાપિતા બની શકે છે કારણ કે તે વ્યક્તિ બહાર કા toવાનું ભૂલી ગયો હતો, અથવા કેટલીક પ્રાચીન, આદિમ અરજની છોકરીએ તે વ્યક્તિને બહાર ન ખેંચવાની આદેશ આપ્યો હતો, અથવા તે માને છે કે તેણે બહાર કા hadયું છે પરંતુ પરિણામ અન્યથા કહે છે. લોકો બાળકોને પસંદ કરે છે કારણ કે તેઓ બાળકોને પસંદ કરે છે, અથવા તેઓ તાજેતરમાં અપૂર્ણતાની ભાવના અનુભવતા હોય છે અથવા કારણ કે તેઓ આશા રાખે છે કે તે તેમના જીવનને ફરીથી હેતુપૂર્ણ બનાવશે. લોકો બાળકોને જન્મ આપે છે કારણ કે તેઓ સમાજમાં એક બાળક લેવાનું યોગ્ય માનતા હોય તે ઉંમરે પહોંચી ગયા છે. લોકોના બાળકો છે કારણ કે તે તેમના લગ્નને બચાવવા માટે એક સક્ષમ વ્યૂહરચના હોય તેવું લાગે છે, અથવા કોઈ ભાગીદાર બાળક ઇચ્છે છે, અને બીજું તેનું પાલન કરે છે. લોકો પાસે બાળકો હોય છે જેથી માતાપિતામાંથી કોઈપણના અપૂર્ણ સ્વપ્નોને પરિપૂર્ણ કરવા માટે બાળક મોટા થઈ શકે.

એવી સંભાવના છે કે તમારો જન્મ તે કારણોમાંથી કોઈ એક દ્વારા થયો હોઈ શકે. આદર્શરીતે કહીએ તો, એક વ્યૂહરચના હોવી જોઈએ. તમે આ દુનિયામાં જીવનભર્યું જીવન લાવી રહ્યાં છો, અને તે વ્યક્તિ આ વિશ્વમાં ઘણી રીતે પ્રગતિ કરશે અને ફાળો આપશે. તેઓ મતદાન કરવાના છે , વિચારધારાઓનું પાલન કરે છે, લોકોને પૈસા કમાવે છે - આ એક નોકરી છે જે છે - પ્રેમ શોધી કા marryો, લગ્ન કરો અને ઘણી બાબતો કરો, જેમ કે કિશોરવયમાં છીછરા કવિતા લખો.

જો તે જવાબદાર વ્યક્તિ ન હોય તો, તેઓ ઘણા લોકોને નુકસાન પહોંચાડશે. અને જો તેઓ ડુશેબેગ થવા માટે મોટા થાય છે, તો તમે બધા લોકોને દુtingખ પહોંચાડવા માટે આડકતરી રીતે જવાબદાર છો કે ડુચેને નુકસાન થશે. જો તેઓ મોટા થાય તેવા વિચારધારાઓના અનુયાયી બની જાય છે જે લોકોને વિભાજન કરવાની વાત કરે છે, તો પછી માતાપિતા પણ એક વધુ અનુયાયી બનાવવા માટે જવાબદાર છે.

ઘણાં ઉત્પાદનો કેમ છે?

પ્રશ્ન એ છે કે બાળક **વિશે** બાળક પેદા કરતા પહેલા માતાપિતાના મનમાં કેટલી આગાહી હોય છે ?

જો મુખ્ય પ્રેરણા છે: *બાળક એક સુંદર વસ્તુ છે જે આપણા જીવનને બદલી નાખશે* , સારું, તે પૂરતું સારું નથી. એવી સંભાવના છે કે તમે આ ગ્રહ પર બીજો મોરોન બનાવી રહ્યા છો. એક બાળક પોતાને દ્વારા આકૃતિ કા shી શકશે નહીં. જો તેઓ સમર્થ નહિં હોય, તો કોઈક તેનો ઉપયોગ કરશે અને તેમને તેમના અનુયાયી બનાવશે. અને કોઈએ સંભવત the માતા-પિતાની જેમ બાળક વિશે એટલું બધુ ન આપશે. દુર્ભાગ્યે, મોટાભાગના કેસોમાં આવું જ થાય છે. લોકો આસપાસના, માતાપિતા અને તેમની પોતાની અવિકસિત ભાવનાત્મક બુદ્ધિથી છૂટા વિચારો શીખી જાય છે.

અને આની સાથે, તેઓ આ દુનિયામાં પ્રવેશ કરે છે.

હવે, જવાબદાર પ્રેરણા તરીકે ઓળખાતી એક વસ્તુ છે, જેવું લાગે છે કે: *આપણે મનુષ્ય બનાવી રહ્યા છીએ - શું આપણે માનસિક રીતે ફીટ છીએ અને એવી વ્યક્તિ બનાવવા માટે તૈયાર છીએ કે જેના માટે આપણે સંપૂર્ણ જવાબદાર હોઈશું? જો નહીં, તો શું આપણે હવે આપણા વિચારો, દ્રષ્ટિકોણ, દ્રષ્ટિકોણથી અપગ્રેડ કરવાનું શરૂ કરીશું, જ્ knowledge ાનનાં અનેક સંગ્રહ બનાવશું - જે સમયની સાથે યુવાન વ્યક્તિની જિજ્ ?ાસાઓને પૂરી કરશે અને તેના વ્યક્તિત્વના સર્વાંગી વિકાસને અસર કરશે?*

'જવાબદાર પ્રેરણા' એટલે માતાપિતાને સમજવું કે તેઓ તેમનામાંનો એક પ્રભાવશાળી પ્રભાવ હશે જ્યારે બાળકના વ્યક્તિત્વનો પાયો નાખવામાં આવે છે. અને, બાળકને તૈયાર કરવા માટે, માતાપિતાએ પ્રથમ પોતાને તૈયાર કરવો પડશે. દુર્ભાગ્યે, આ ગ્રહ પરના માતાપિતા આના પર ખૂબ મોટા નથી.

બધા પેરેન્ટ્સ પછી જીનિયસ હોવા જોઈએ?

વાહિયાત ના, હું એમ નથી કહેતો. હું અનુભૂતિ કરું છું કે માતાપિતાએ કરવા માટે છીનવી છે. તેમની પાસે નોકરીઓ છે, તેમનો સંબંધ છે, મેનેજ કરવા માટેની નાણાકીય વ્યવસ્થા છે અને સંભાળ રાખવા માટેનું ઘર છે. મને ખ્યાલ છે કે તેઓએ પણ ટેલિવિઝન જોવી પડશે, રાજકારણ વિશે વાત કરવી પડશે, વધુ ચીજો ખરીદવી પડશે, બાળક માટે જગ્યા બનાવવી પડશે, ચા પીવી પડશે, લડવું પડશે અને દલીલ કરવી પડશે, યુદ્ધની વૃદ્ધાવસ્થા, કરચલીઓ, રીડિંગ એરલાઇન્સ, સવારના ઉત્થાનમાં ઘટાડો, વધુ સામગ્રી ખરીદવી પડશે, તેમના માતાપિતા, તેમના બોસને સંતોષે છે, તેમના સંબંધિત ભાગીદારોને સંતોષ આપે છે, તેમના સપનાને અલવિદા કહે છે, અસ્તિત્વનો ત્યાગ સ્વીકારે છે, અને તેથી આગળ. હા, ઉપર કટાક્ષનો સંકેત છે.

ઘણા કિસ્સાઓમાં, લોકોને લાગતું નથી કે તેઓને કંઈપણ શીખવાની જરૂર છે કારણ કે તેઓ ધારે છે કે તેઓ પહેલેથી જ બધું જ જાણતા છે - એક ખૂબ જ ખતરનાક ધારણા જે આત્મ-જાગૃતિની ભયાનક ગેરહાજરીથી આવે છે . તેથી, તેઓ માને છે

તેઓ તેમના બાળકને આ દુનિયામાં કંઇપણ શીખવવા માટે યોગ્ય છે. અહીં સત્ય છે: મોટાભાગના

માતાપિતાને તેમના કાગળની છાપ નથી હોતી કારણ કે

કોઈએ તેમને શીખવ્યું નહીં કે જ્યારે તેઓ મોટા થઈ રહ્યા હતા ત્યારે કેવી રીતે વિચારવું. ટૂંકમાં, તેઓ ફિલસૂફ નથી.

મૂવીઝમાં ફક્ત સંપૂર્ણ માતાપિતા અસ્તિત્વમાં છે

આદર્શરીતે, સંપૂર્ણ માતાપિતા આ હશે:

- ખૂબ બુદ્ધિશાળી.
- બાળકની ભાવનાત્મક સંઘર્ષો વધતાંની સાથે જાગૃત.
- બાળકના જીવનમાં દરેક તબક્કા સાથે આપેલા પાઠની પ્રકૃતિ વિશે જાગૃત.
- સંવેદનશીલતાથી સજ્જ છે અને વિચારોને આ રીતે રજૂ કરવા માટે આદેશ આપે છે કે જે વ્યવહારિક વિચારોના દુરૂપયોગથી અટકાવે છે.
- ઓવર-ઇન્સ્ટ્રક્શન ન આપવાની કાળજી , જે નિયંત્રણનો એક પ્રકાર છે, ત્યાં જિજ્ityાસા, શીખવાની અને સ્વની શોધની કુદરતી વૃદ્ધિને અવરોધે છે.
- બાળકના ઝોક વિશે વિચિત્ર.
- બાળકને ક્યારે દુ hurtખ થાય છે અને ક્યારે દખલ કરવી તે અંગે જાગૃત.

આનો અર્થ એ કે તેઓ ફક્ત વિચારો અને માહિતીને શેર કરી રહ્યાં નથી, તેઓ અસર, જરૂરિયાત, તાકીદ, એપ્લિકેશન, મૂડ, સ્વભાવ અને શીખવાની વળાંક ધ્યાનમાં લેતા આવું કરી રહ્યા છે.

આ માટે, લોકોને ફિલોસોફી હોવું જોઈએ, જે તેઓ નથી, અનુલક્ષીને તેમની પાસે ફિલસૂફીમાં ડિગ્રી છે કે નહીં. તેથી, આવા સંપૂર્ણ માતાપિતા અપવાદો તરીકે અને મૂવીઝમાં અસ્તિત્વમાં છે.

શર્ટ પેરેંટિંગની ગમ્મત ગોલ

વાસ્તવિકતામાં, આપણે સામાન્ય રીતે જે પાલન કરીએ છીએ તે વ્યાપકપણે પ્રચલિત શૈલી છે, જે આ છે:

- બાળકને આકસ્મિક રીતે પોતાને મારી નાખવા, મારવા જવાથી અથવા બચાવવાથી બચાવો

  પોતાને નુકસાન પહોંચાડવું.
- તેમને કંટાળી ગયેલું અને પ્રેમભર્યું રાખો અને તેમને શિસ્ત આપવાનો પ્રયાસ કરો.
- તેમને શિક્ષિત કરો, અને તેમને શિક્ષણ આપો.
- સજા અને પ્રેમનું વિતરણ કરીને યોગ્ય અને ખોટું શું છે તે શીખવો - જ્યારે બાળક માતાપિતાને ગડબડ કરે છે અથવા તેનો પીછો કરે છે, અને જ્યારે બાળક જવાબદાર છે, અથવા માતાપિતાના મૂડને આધારે પ્રેમ કરે છે.
- આકાંક્ષા કે તેઓ એક દિવસ સક્ષમ બનશે અને પોતાની સંભાળ લેશે.

છેલ્લો મુદ્દો મુખ્ય ધ્યાન છે. તેઓ કહે છે કે તમારે શિક્ષિત હોવું જોઈએ. આ વાહિયાત શું અર્થ છે? ડિગ્રી મેળવવી. હવે, ડિગ્રી એ ખરાબ વસ્તુ નથી. જોકે, ડીગ્રી મેળવવા પાછળની પ્રેરણા તે મહત્વનું છે.

તેમના માટે પ્રેરણા એ એક નોકરી છે, જેમાં ત્રણ વર્ગો છે: સારી નોકરી, ખરાબ કામ અને મહાન જોબ. તેઓ ઇચ્છે છે કે તમારે એક મહાન નોકરી મળે, તેથી ડિગ્રી શ્રેષ્ઠ સંસ્થાઓમાંથી આવવી જોઈએ. *ગોડડેમ, મારું બાળક શ્રેષ્ઠ શાળામાં પસંદ થયું, હું ખૂબ ખુશ છું, હું એક અદ્ભુત માતાપિતા છું.*

તેથી, શિક્ષણનો ઉદ્દેશ તમારા માટે દંડ, વિચારશીલ વ્યક્તિ બનવાનો નથી, પરંતુ ખૂબ સારી કમાણી કરનાર વ્યક્તિ બનવાનું છે. તેઓ સમજે છે કે શ્રીમંત લોકોનું જીવન વધુ સારું છે; તમારા પરિવારના સભ્યો, તમારી આસપાસના સમાજ અને વિજાતીય વ્યક્તિના સભ્યો દ્વારા તમારી સાથે ખૂબ સારો વ્યવહાર કરવામાં આવશે. તેથી, તમે ઇચ્છો કે તમે દરજ્જાના વ્યક્તિ બનો, તે તેમના માટે સંપૂર્ણપણે ગેરવાજબી નથી.

શું તે વિશે તદ્દન મૂર્ખ છે કે તે પરિસ્થિતિ ભાગ માત્ર કાળજી લે છે **નથી** વ્યક્તિ. 'દરજ્જાની વ્યક્તિ' વાક્યમાં, તમારે બંનેના વિકાસની જરૂર છે. સ્ટેટસ એ એક સામાજિક એન્જિનિયર્ડ ઓળખ છે જે વ્યક્તિગત ઓળખને બદલવા માટે વલણ ધરાવે છે. તેથી, સ્થિતિ તે વ્યક્તિ કોણ છે તે સૂચવવું જોઈએ નહીં. વ્યક્તિએ તે સ્થિતિ વિશે કેવું લાગે છે તે અનુસાર સ્થિતિ સાથે શું કરવું તે નિર્ધારિત કરવું આવશ્યક છે.

બધા ઉચ્ચ-પ્રાપ્ત કરનારા લોકો લો કે જેઓ તેમની નોકરી અથવા વ્યવસાયથી ધિક્કારતા હોય છે. પૈસા, સિદ્ધિઓ અને સફળતા હોવા છતાં, તેઓ જે કરે છે તે કરી રહ્યા છે. તે થાય છે કારણ કે અર્થ અને સંતોષની ભાવના સ્થિતિમાંથી આવતી નથી; આવી વસ્તુઓ deepંડા અને તેના કરતા વધુ વ્યક્તિગત હોય છે.

તમારા માતાપિતા તમને આ વિશ્વના શ્રેષ્ઠ ઉત્પાદનોમાંના એક બનવા માટે તૈયાર કરવા માગે છે. ક્રિયામાં, તેઓ શું કરવાનું સમાપ્ત કરે છે: કારની જેમ રેસ માટેનું ઉત્તમ ઉત્પાદન બનવા માટે તમને તકનીકી, શૈક્ષણિક અને કુશળતા મુજબ તૈયાર કરો. આ

માનવ તત્વ ભાગ્યે જ ગણવામાં આવે છે.

મોટાભાગના માતાપિતાનું લક્ષ્ય તેમના બાળકને મોટી સફળતા પ્રાપ્ત કરવામાં સક્ષમ બનવાનું છે. જો તે લક્ષ્ય પ્રાપ્ત થાય છે, તો તેમના મનમાં, તેઓ શ્રેષ્ઠ માતાપિતા છે. આ વિશે શું છેતરવું છે, જો તમે સફળતા પ્રાપ્ત કરો છો, તો તેઓ **માની લે છે** કે તેઓએ વિશ્વની સાથે વ્યવહાર કરવા માટે તમને કોઈક રીતે તૈયાર કરી દીધા છે - જે એકદમ ખરાબ છે.

હવે, જો તમે એવા લોકોમાંના એક છો જેમના માતાપિતાએ તમને કશું કરવા દબાણ કર્યું ન હતું, તો તેઓ તમને સફળતા મેળવવા માટે દબાણ કરતા ન હતા, અથવા તે કંઇપણ, તેઓ તમને જે કરવા દેવા દેવા દેતા હતા - હું એમ કહી રહ્યો નથી કે માતાપિતા જે તેમને દબાણ કરે છે બાળકો દુષ્ટ છે. હું જે કહું છું તે છે: માતાપિતાની જવાબદારી છે કે તમે એક સક્ષમ કાર્યકારી વ્યક્તિ **અને** સક્ષમ **વિચારશીલ** બંનેમાં વૃદ્ધિ કરવામાં મદદ કરો . તેઓએ તે કર્યું?

માતાપિતા એક્ટિંગમાં નિષ્ણાતો છે

કોઈ પણ પ્રકારનું શીખવું જેમાં તમારી વિચારસરણીના શૂન્ય રોકાણનો સમાવેશ થાય છે તે ફક્ત અનુકરણ કરે છે. વિચારો બનાવવા અને પોતાને વધુ સારા બનાવવા માટે, તમારે માહિતી લેવી પડશે અને તમારા પોતાના મનને લાગુ કરવું પડશે.

જ્યારે પેરેંટિંગ માતાપિતાના પોતાના મન, તેમના પોતાના વિચારો અને તેમની પોતાની વિચારસરણીમાંથી આવતા નથી, ત્યારે તે જે કંઇ શીખ્યા તેનું અનુકરણ બની જાય છે. તેનો અર્થ શું છે, તેઓ જેની માને છે તે માતાપિતાનું પાત્ર ભજવી શકે છે. પાત્ર કડક માતાપિતા, પ્રતિભાશાળી વ્યક્તિ, જે બધું જાણે છે, અથવા તે ખૂબ જ બહાદુર અને વીરતા ધરાવતા વ્યક્તિનું હોઈ શકે છે. તે કંઈપણ હોઈ શકે છે. પરંતુ જ્યારે આવું થાય છે, ત્યારે બાળક માટે તેમના માતાપિતાને પહોંચી શકાય તેવું શોધી કા themવું અને તેમને આકૃતિ લેવી મુશ્કેલ બને છે. ત્યાં પ્રેમ છે, પરંતુ સંબંધ બાળક અને પાત્ર વચ્ચેનો છે, વાસ્તવિક વ્યક્તિ સાથે નહીં.

માતાપિતાએ આવું કરવા માટેના ઘણા કારણો છે.

આનું એક કારણ હોઈ શકે છે: ભૂમિકા ભજવવાથી તેઓને તેમની બધી વ્યક્તિગત અજમાયશ અને દુ: ખ છુપાવવાનો આરામ આપે છે. ફક્ત એટલા માટે કે કોઈક વૃદ્ધ છે તેનો અર્થ એ નથી કે તેઓએ જીવન શોધ્યું છે. મોટાભાગના કિસ્સાઓમાં, વૃદ્ધ લોકો વૃદ્ધાવસ્થા ધરાવતા બાળકો હોય છે. વૃદ્ધત્વ માટે પરિપક્વતા, ડહાપણ, જ્ઞાનને જોડવાનું બંધ કરો. *તે વૃદ્ધ છે, તેથી તે સમજદાર હોવું જ જોઈએ* તે મૂર્ખ વિચારોની એક છે જેને આપણે માનીએ છીએ.

બીજું કારણ ગૌરવ છે. એવા કિસ્સાઓમાં કે જ્યાં માતાપિતાનું એકમાત્ર ધ્યાન બાળક સક્ષમ બનવા પર હોય છે, ત્યારે તેઓ જે પાત્ર ભજવે છે તે પણ બાળકમાંથી ફક્ત દીપ્તિ અને અપવાદરૂપ પ્રદર્શનની અપેક્ષા રાખે છે. આ પાત્ર ભજવતા, બાળક તેમના અહંકારનું પ્રતિબિંબ બને છે. બાળકની ભાવનાત્મક અને વ્યક્તિગત વૃદ્ધિનો ભાગ્યે જ ધ્યાન આપવામાં આવે છે. ત્યાં પ્રેમ છે, પરંતુ તે બતાવવામાં આવ્યું છે

Only Books Magazine

સિદ્ધિઓ અને શ્રેષ્ઠતા માંગ. આ કિસ્સામાં, જે ગુમ થયેલ છે તે તે બાળકને તેઓ બન્યા હોવાના વ્યક્તિગત બનવામાં મદદ કરવાની જવાબદારી છે.

બીજું કારણ કે મોટાભાગના માતાપિતા આ મૂર્ખ, પાત્રના ખાલી શેલો તોડી નાખવાની કાળજી લેતા નથી, તેઓ એવું પણ ધ્યાનમાં લેતા નથી કે બાળકનું વ્યક્તિત્વ તેમને નુકસાન પહોંચાડતી, પ્રભાવિત કરવા અને આશ્ચર્યચકિત કરેલી વસ્તુઓ દ્વારા આકાર પામે છે. તેનું કારણ છે, તેઓ તેમને હજી સુધી લોકો તરીકે જોતા નથી. તેઓ તેમને એવા બાળકોની જેમ જુએ છે જેણે નિર્દોષ, નિર્દોષ બાળકોની સામગ્રી કરવી જ જોઇએ. જ્યારે તેઓને ખબર પડે કે તેમનું બાળક કંઈક પુખ્ત વયની વસ્તુઓ કરી રહ્યો છે ત્યારે તેઓ માન્યતાથી આગળ આશ્ચર્યમાં મૂકાઈ જતાં નથી. *તમે ધૂમ્રપાન અને પી રહ્યા હતા? તમે પહેલાથી જ જાતીય સંબંધો બાંધ્યા છો? પણ તમે આટલા યુવાન છો!*

એક બાળક તેર વર્ષની વયે સ્પર્શ કરે છે, માતાપિતાએ તેમના મૂર્ખ પાત્રોને તોડી નાખવા જોઈએ અને તેમના બાળકને બિનઅનુભવી પુખ્ત વયે જોવાનું શરૂ કરવું જોઈએ. તેનો અર્થ શું છે, તેઓ હવે પુખ્ત વયના લોકો જે કંઇ કરે છે તે કરવાનું વિચારે છે.

નિષ્કર્ષમાં, પેરેંટિંગ મોટા ભાગે લોકો આસપાસના સંસ્કૃતિમાંથી જે કંઇ શીખે છે તેનું અનુકરણ કરીને આવે છે. આનો મૂળ અર્થ એ છે કે માતાપિતા જે કાંઈ પણ કરે છે તે ખરેખર શું કરવું તે બાબતે

અસ્પષ્ટતાની ડિગ્રીથી આવે છે. આશ્ચર્યજનક નથી કે તમે પુખ્તતાને સંપૂર્ણ રીતે ચાવી વગર દાખલ કરો છો.

મગજ હોવાનો મુદ્દો ભૂલને ઓછો કરવો જોઈએ, તેની સાથે અનંતપણે વ્યવહાર કરવો જોઇએ નહીં. પરંતુ તમને તે મિકેનિઝમ્સ ક્યારેય શીખવવામાં આવ્યા ન હતા કે જે તમને તમારી જાતને બચાવવા અને કંટાળાજનક પરિસ્થિતિઓ, ઇજાઓ અને પીડા પેદા કરતી ભૂલોને સમજવા માટે તૈયાર કરશે. તમે તમારી જાતને દ્વારા તે બધા સાથે વ્યવહાર કરવા માટે બાકી છે. પરિણામે, તમે હવે એક વૃદ્ધ વ્યક્તિ છો, તમારી જાતે, વિશ્વ સાથે વ્યવહાર કરવો પડશે જે તમને તમારી સ્વ-કિંમત અને ચોખ્ખી કિંમત કહેશે; તમે ઇચ્છો છો તે લોકોમાંથી રજાનો અર્થ થાય ત્યારે તમારા આત્મસન્માનને સમાયોજિત કરો ; પોતાને ભગવાન-જાણે- કયા ધોરણો સાથે તુલના કરવાથી અસલામતીઓ અને વિચારોથી પોતાને ભરો ; અને અંતે, નિષ્ફળતાઓ, હાર્ટબ્રેક્સ અને ઇચ્છાઓને નકારી હોવાના પ્રતિસાદ તરીકે નકારાત્મક લાગણીઓને ઉત્તેજીત કરો. હા, તમે તે તમારી જાતને કરી રહ્યા છો, વિશ્વ તમારા માટે તે કરી રહ્યું છે, અને તે તે દરેકને કરે છે.

તેથી, સમય બગાડ્યા વિના, ચાલો આપણે તમને સારી રીતે અર્થપૂર્ણ પદ્ધતિઓ અને પદ્ધતિઓથી શસ્ત્ર ચડાવવાની સાથે સંકળાયેલા હોઈએ કે જે તમને થયું છે, જે તમારી સાથે બન્યું છે, તમારી સાથે થઈ રહ્યું છે અને તમને થશે.

પ્રકરણ બે

તમે જાણો છો કે તમે વિશિષ્ટ બનવા માંગો છો

ચાલો આપણે કોઈ પણ વસ્તુ વિશે સ્પષ્ટ રહેવું જોઈએ: વિશેષ ઉત્તેજના આપવાનો વિચાર લગભગ બધા જને ઉત્તેજીત કરે છે - વ્યક્તિના આધારે વિવિધ ડિગ્રીમાં. તે સંપૂર્ણપણે સામાન્ય છે. પ્રમાણિક બનો: તમે જાણો છો કે તમે અમુક પરિસ્થિતિઓમાં standingભા રહેવાની કલ્પના કરી છે; ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા અને સંપૂર્ણ સંવાદના મુખ્ય તરીકે તમારી સાથે તમારા ધ્યાનમાં સમાન સભાઓ અને ક્રિયાપ્રતિક્રિયાઓના વિવિધ દૃશ્યો રમ્યા અને ફરીથી ચલાવ્યા. તમે કલ્પના કરેલ દૃશ્યો જેમાં તમે જન્મ્યા છે તે કોઈક તરીકે પ્રાપ્ત થયો છે જેનાથી તમે માનો છો તે તમને પરિપૂર્ણ કરશે. તમે ઈચ્છ્યું છે કે, એક દિવસ, તમારી આસપાસના દરેક લોકો તમને કહેશે કે તમે આશ્ચર્યજનક છો, અને તમારી સાથે વર્તે છે કે તમે આશ્ચર્યજનક છો. અને તમે જે લોકોને પ્રભાવિત કરવા માંગતા હો તે વિશે સ્વપ્ન જોયું છે, કૃપા કરીને અને તમને મળ્યા પછી તરત જ તમારા મિત્ર અને પ્રેમી બનવાની ઇચ્છાને આકર્ષિત કરો કારણ કે તમે ખૂબ પ્રભાવશાળી છો. છેવટે, જેમણે લાખો ડોલરનું કલ્પના નથી કર્યું!

Only Books Magazine

આ તમે વિશેષ કેવી રીતે બન્યું છે

તમારા મતે, 'વિશેષતા' વિશેષ જન્મ લેવાય છે, તમને વિશેષ કહેવામાં આવે છે, તમારી જેમ વર્તે છે, અને તમે ધનિક છો. દુર્ભાગ્યે, તે બધામાં વિશેષતા સાથે **કંઈ લેવાદેવા** નથી. ચાલો પહેલા વ્યાખ્યાયિત કરીએ કે વિશેષતા શું છે. તમારા બાળપણ દરમિયાન, તમે આ ત્રણ બાબતોમાંથી કોઈ એકનો અનુભવ કર્યો હોય તેવી સંભાવનાઓ છે: ક) તમને કહેવામાં આવ્યું હતું કે તમે વિશેષ છો, બી) તમને કહેવામાં આવ્યું હતું કે તમે ખાસ નથી, અથવા સી) તમારા વિશેષ અથવા અન- બધા ખાસ .

જો તમને તમારા માતાપિતા દ્વારા કહેવામાં આવ્યું કે તમે વિશેષ છો, તો કૃપા કરીને તરત જ તે વિચારને તમારા કોગળા કરો. જો તમને કહેવામાં આવ્યું કે તમે વિશેષ નથી, તો, ના,

તમારા માતાપિતા પ્રતિભાશાળી નથી; કે, પણ, સંપૂર્ણપણે ખોટું છે. છેલ્લે, જો તમારા ઘરમાં કોઈ વિશેષતાનો ઉલ્લેખ ન હતો, તો પણ તમે તેને શોધી રહ્યા છો તેવી શક્યતાઓ છે.

અને કેમ કે આપણે બધાં કાં **એમ માની લઈએ છીએ કે** *જો હું આ કરું છું, તો તે થશે*

મને વિશેષ બનાવો, અથવા **ઈચ્છતા** *હોવ કે મારી પાસે આ હોત* , તો *હું ખાસ હોત,* તમારે તે સમજવાની જરૂર છે કે વિશેષતા **પ્રાપ્ત થઈ છે** .

જો તમને પૂછવામાં આવ્યું કે, *તે ક્ષણો કયા હતા જેમાં તમને વિશેષ લાગ્યું હોય* , તો તમે તે સમય વિશે વિચારો જ્યારે લોકો તમારી મજાક પર હાંસી ઉડાવે, કેટલાક પ્રયત્નોને વખાણ કર્યા, અથવા જ્યારે સોશિયલ મીડિયા પર તમારી પોસ્ટને સામાન્ય કરતાં વધુ પસંદ આવી - તે ખૂબ નજીક હશે આજે પે generationી માટે સત્ય. આવી ક્ષણોમાં વિશેષતા નહીં, પરંતુ અન્ય લોકોની સ્વીકૃતિ અને મંજૂરીની ઇચ્છાના બધા ઘટકો હોય છે.

અહીં વિશેષતાનું એક ખૂબ સરળ ઉદાહરણ છે: *જ્યારે મેં તે પ્રાપ્ત કર્યું ત્યારે મને તે લાગ્યું.* 'તે', એવું કંઈપણ છે જેણે તમારામાં આત્મવિશ્વાસની નોંધપાત્ર માત્રા .ભી કરી, અને તમે સક્ષમ છો તેવું પહેલી વાર તમને વિશ્વાસ અપાવ્યો. આપણે બધા માનીએ છીએ કે આપણે સક્ષમ છીએ, કારણ કે કોઈ પણ અન્યથા માનવાનું ગમશે નહીં. પરંતુ તે સૈદ્ધાંતિક રહે ત્યાં સુધી તમે કંઈક પ્રાપ્ત કર્યું છે કે માત્ર બને પોતાને માટે સંદર્ભ બિંદુ future- *હું આ હાંસલ કરવા માટે સક્ષમ હતી, આ હું કોણ am- છે* પણ પોતાને સાબિત તે શું હોઈ લે છે કે તમે capable- *મારું માનવું છે કે હું મારા ધ્યાનમાં જે કંઇપણ પ્રાપ્ત કરી શકું છું.*

Specialness અનુભૂતિ ના બેજ તમે **કમાઇ** . તે તમને ખૂબ સરળ લાગે છે, પરંતુ આ વિચારસરણી તમારા જીવનનો માર્ગ બદલી શકે છે. કોઈ પણ ઉપલબ્ધિ તમે કંઇક બનાવ્યું અથવા માસ્ટર કર્યું છે તે સૂચવે છે. આનો અર્થ એ છે કે તમે ફક્ત જ્ knowledgeાનની દ્રષ્ટિએ જ નહીં, પરંતુ તમે શિસ્ત, સખત મહેનત, પ્રાધાન્યતા અને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની ટેવ બનાવી છે જે જીવનની લગભગ તમામ બાબતોમાં તમારી સેવા કરશે.

તેની ટોચ પર, સિદ્ધિઓ અપાર આત્મવિશ્વાસ બનાવે છે; *હું તે કરી શકું છું કારણ કે મેં તે પહેલાં કર્યું છે તે* તમારા દિમાગની પાછળ, એક માર્ગદર્શક છે તેવું આશ્ચર્યજનક વિચાર છે. ઉપરાંત, સિદ્ધિઓને વધુ તકો આપવામાં આવે છે, અને તમને સમાજની દ્રષ્ટિએ દરજ્જો આપે છે.

હવે, કલ્પના કરો કે બાળકના મગજમાં તેને સ્થાપિત કરવા, તેઓ વિશેષ છે કે નહીં તે કહેવાની જગ્યાએ, અથવા તેઓ નથી પણ. તેનો ઉલ્લેખ ન કરવો તે એટલું જ ખરાબ છે, કારણ કે તે વ્યક્તિના મગજમાં પહેલેથી જ વધતી ઇચ્છાને સંબોધન કરવાનું ટાળે છે. તમે તેમને શું કહો છો તે મહત્વનું નથી, તેઓ કોઈક સમયે વિશેષ લાગવાની જરૂરિયાત પછી પીછો કરશે.

જો તમે તેને કોઈ વ્યાખ્યા આપી શકો છો, તેને રીડાયરેક્ટ કરી શકો છો અને તેઓ જે ઇચ્છે છે તે **કમાવવા** માટે તેમને સેટ કરો છો, તો તમે તેમને વર્ષોની મૂંઝવણ, મૂંઝવણ, ગૌણતાની સ્વ-લાદવામાં આવતી લાગણીઓ, મૂર્ખામીની શોધ અને નબળાઇઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું છે. તેના બદલે તમે તેમને એક વલણ આપ્યું છે જે આજીવન તેમની સેવા કરશે.

જો કે, એક પણ ઘટનામાંથી જીવન માટે વિશેષતા પ્રાપ્ત કરી શકાતી નથી. તેની પાસે ખૂબ જલ્દીથી ભૂતકાળની વસ્તુ બનવાની મિલકત છે. પંદર વાગ્યે મેળવેલો બેજ તમે ફક્ત પંદર વર્ષની ઉંમરે મેળવેલ સન્માન સજાવટ કરે છે, વીસ નહીં, અથવા

પચ્ચિસ. વિશેષ લાગે તે માટે, તમારે તૈયાર હોવું જોઈએ અને ફક્ત એક નહીં, બધી લડાઇઓ માટે તૈયાર થવું જોઈએ. વળી, 'સિદ્ધિઓ' નો અર્થ ટૂર્નામેન્ટ્સ અથવા હરીફાઈમાં જીતી ટ્રોફીનો હોવો જરૂરી નથી. સિદ્ધિઓ વ્યક્તિગત પણ હોઈ શકે છે; ઉદાહરણ તરીકે, નવી ભાષા શીખવી, જે સ્ટેજ પર જીતી લીધેલું પરિણામ સમાન છે. તે તમને જ્ knowledgeાન, આત્મવિશ્વાસ, ઉપયોગી ટેવો આપશે, તે તકોનું સર્જન કરશે અને તમને લોકોની નજરમાં દરજ્જો આપશે. કોઈપણ પ્રાપ્તિ - વ્યક્તિગત અથવા જાહેર - વિશિષ્ટતાની વસ્તુ છે. તેથી, સેન્ડવિચ અથવા ઓમેલેટ બનાવવું એ કોઈ સિદ્ધિ માનવામાં આવતું નથી - જો કે કેટલાક ટ્રોલિંગ ખાતર ભિન્ન માંગ કરી શકે છે. તમારી આખી જીંદગી દરરોજ સેન્ડવીચ અથવા

ઓમેલેટ બનાવવાની કૃત્યને પણ સિદ્ધિ ગણી શકાય નહીં, સિવાય કે તમારી પાસે વિશ્વ-કક્ષાની સેન્ડવિચ નિષ્ણાતોની લેખિત જુબાની નથી કે તમારું સેન્ડવિચ બીજે ક્યાંય બનેલા સેન્ડવિચ કરતા વધુ સારી છે, આ કિસ્સામાં, તમારી સેન્ડવીચ તરીકે ઓળખવામાં આવશે સેન્ડવીચ નથી, **એક** સેન્ડવીચ, અને એક સિદ્ધિ તરીકે લારાનો સમાવેશ કરવામાં આવશે.

આ તમે વિશિષ્ટ બનશો નહીં

તમે તેને સંપૂર્ણપણે તમારી ધ્યાનમાં રાખો કે અન્ય હોય, તો તમે માન્યતા તમે ધ્યાન આપીને, તેમની સમય ક્ષણ, છે સાફ કરવાની જરૂર છે **ન** તમે કોઈકને ખાસ તરીકે ગણવામાં આવે છે. તમે તેનું વિશિષ્ટતામાં ભાષાંતર કરો છો કારણ કે તમે તમારા વિશે ભાગ્યે જ કોઈ સારું અનુભવશો. આનો અર્થ એ કે તમે જાતે ક્યારેય પોતાને વધુ સારું લાગે તે માટે કોઈ રસ્તો બનાવ્યો નથી. તે તમારા મગજમાં અપૂર્ણતા અનુભવવાનું ભારણ છે જે અન્ય લોકો તરફથી કરેલા દયાળુ વર્તનને ખાસ કૃત્યો જેવું લાગે છે, જે તે નથી. ગાય્સ કહે છે, 'તમે વિશેષ છો', જે છોકરીઓ તેઓ સેક્સ માણવાની કોશિશ કરી રહી છે. મુદ્દો એ છે કે, જો તમે વિશેષ લાગે તે માટે બીજાઓ પર ભરોસો કરો છો, તો તે તમારા જીવનનો ધોરણ બની શકે છે, પછી એક આદત અને, તે પછી, એક લંગડવાની જરૂર છે. તેમની દયાની કદર કરો, અલબત્ત એવા કિસ્સાઓમાં કે જ્યાં શબ્દો પાછળ કોઈ હેતુ નથી. અને જો ત્યાં એક હતું, તો તમે ભાવનાની પ્રશંસા કરી શકો છો, તેનાથી પ્રેરણા લઈ શકો છો, જો તે કાર્ય સંબંધિત છે, અને તેમના હેતુઓથી પરિચિત બનો. ગમે કેસ હોઇ શકે, અધિકાર ખાસ હોવું જ જોઈએ લાગે **મળ્યું** છે અને માત્ર જ હોવી જોઈએ **તમારામાં** આપવા. તે અન્યનું ન હોવું જોઈએ કારણ કે:

- વિશ્વ કદાચ તેમના મંતવ્યો શેર કરશે નહીં.
- વિશ્વમાંથી વ્યવહારુ અપેક્ષાઓ રાખવાથી તમે વધુ આત્મનિર્ભર અને બીજાના સારા શબ્દો પર ઓછા નિર્ભર બનશો. આ તમને લોકોને ખુશ કરવાનો સતત પ્રયત્ન કરવાથી અને જ્યારે દુiseખની લાગણી કરવામાં બચાવે છે

  તમે નિષ્ફળ.
- જો તમને કોઈ બીજાને કહેવાની જરૂર હોય કે તમે વિશેષ છો, તો પછી તમે તેને તમારા મનમાં કમાવવા માટે કંઇ કર્યું નથી.

અન્ય લોકો તમને લાંબા સમય માટે વિશિષ્ટ લાગે નહીં

એવા લોકો છે કે જેમણે તેમના જીવનમાં ઘણી સિધ્ધિ, શીખી અને પ્રગતિ કરી હોવા છતાં, તેમના મનમાં કોઈ વિશેષતાની ભાવના નથી. તે થાય છે કારણ કે તેઓએ કોઈકને કંઇક સાબિત કરવા માટે આ બધું કર્યું હતું - તે તેમના માતાપિતા, સમાજ, શિક્ષકો હોઈ શકે છે. તે દબાણ, સ્પર્ધા, સંસ્કૃતિ, અને બીજું બધું પરંતુ તેમના પોતાના દ્વારા બળતણ કરતું હતું. તેમની જીંદગી આજની સિધ્ધાંત પર કાર્ય કરે છે કે સિદ્ધિઓ અને વધુ સારા પ્રદર્શન એટલે જેને ભગવાન માનતા હોય તેમને ખુશ કરવા. *જો તેઓ મારાથી રાજી થાય, તો હું ખાસ છું.*

આ રીતે તેમનું જીવન કાર્ય કરે છે:

- *હું જે પણ કરું છું, તે હું તે કરી શકું છું તે વિશ્વને સાબિત કરવા માટે કરું છું.* મૂળભૂત રીતે, વિશ્વ દ્વારા સ્વીકારવામાં આવશે.
- તે પછી તરત જ, 'વર્લ્ડ' એવા લોકો દ્વારા બદલવામાં આવે છે જે વર્તન અને પ્રદર્શનના આદર્શ મોડેલ બને છે, તમે જોશો તે મોડલ્સ. તેથી - *હું જે પણ કરું છું, તેમને પ્રભાવિત કરવા માટે મારે તે વધુ સારું કરવું જોઈએ.*

- ત્યારબાદ આ વિચાર તેમને ખુશ કરવા માટે બને છે જ્યાં સુધી તમે *તેઓ* નહીં *બનો* , અને તેમનો આશીર્વાદ અને ખાતરી છે કે તમે **તેઓ** બન્યા છો જે **તેઓ** તમને બનવા માંગે છે.

જો તમે આ જીવન જીવી રહ્યા છો, તો સ્ક્રિપ્ટ ફ્લિપ કરો, જેનો અર્થ છે:

- *હું જે કાંઈ પણ કરું છું, હું તે મારા માટે જ કરું છું, કારણ કે હું મારી જાતને સાબિત કરવા માંગુ છું કે હું તે કરી શકું છું* , *તે* ઓળખીને કે તમે બદલામાં જે પણ કરો છો તે વિશ્વને અસર કરે છે.
- *કારણ કે હું જે પણ કરું છું તે વિશ્વને અસર કરે છે , હું બનવું અને વધુ સારું બનવું જોઈએ, જેથી હું વિશ્વને વધુ સારામાં અસર કરી શકું.*
- જેઓ ઇનામ, હોદ્દા અને શક્તિ ધરાવે છે તેઓ પાસેથી કંઇક શીખવા માટેનું સ્રોત છે . તમે તેમની ક્ષમતાઓ સિવાય તેમના જીવન વિશે કંઇ જાણતા નથી. એ હકીકતની પ્રશંસા કરો કે તેમની પાસે તે ક્ષમતાઓ છે, અને તેને તે સમયે છોડી દો.

જ્યારે તેઓ તમારી પ્રશંસા કરે છે, ત્યારે તમને એક કરે છે, અભિનંદન આપે છે અને તમારા પ્રયત્નોનું સ્વાગત કરે છે, ત્યારે તમારે સમજવું જ જોઇએ કે તે તમારી પ્રશંસાત્મક ક્રિયાઓ માટે સામાન્ય, લાયક પ્રતિક્રિયા છે, ઉચ્ચ માણસો તરફથી પરોપકારની ક્રિયા નહીં. તમે તે સારવારની પ્રશંસા કરી શકો છો, અને ખાતરી કરો કે બદલામાં તેને અન્ય લોકો સુધી પહોંચાડો. પરંતુ જો તમે તેને કોઈ એવી વસ્તુ તરીકે લેબલ લખો છો જે તમને વિશેષ બનાવે છે, તો પછી તે વિશેષ લાગણી એ પીઠ પરના પ patc પર આધારિત છે, એક ખુશામત, તમારા વિશે સારું લાગે તેવું વખાણ એક શબ્દ છે. તે કરવાથી, તમે તે શબ્દોની વિરુદ્ધતા સાંભળશો તે દિવસે તમે ચુપચાપ પોતાને માનસિક રીતે કચડી નાખવા માટે ગોઠવી રહ્યા છો, તે દિવસે તે પીઠ પર થપ્પડ નહીં પણ પીછેહઠ ટિપ્પણી છે, પ્રશંસા નહીં પરંતુ એક અપ્રિય ટિપ્પણી, એક શબ્દ નહીં પ્રશંસા પરંતુ તમારા પ્રદર્શનનો અસ્વીકાર. આ એક માસ્ટર અને નોકર વચ્ચેનો સંબંધ છે, જેમાંથી કોઈ એક સિવાય અન્ય વિશેષ નથી; માસ્ટર તેની વિશેષ દરજ્જા માટે સેવકની હાજરી પર આધાર રાખે છે, માસ્ટરની દયાના શબ્દો પર નોકર.

મોટાભાગના લોકો વિશે સત્ય, જેમણે ઘણું બધુ પ્રાપ્ત કર્યું છે પરંતુ વિશેષ લાગે તેવું અન્યની પ્રશંસા પર આધારીત છે, તમે પહેલેથી જ વિશેષ છો. ક્યારેય કોઈએ તમને આ દૃષ્ટિકોણથી વિચારવાનું શીખવ્યું નથી. વિશેષતા શું છે તે તમને કોઈએ શીખવ્યું નથી. અને જેણે કશું જ પ્રાપ્ત કર્યું નથી તેમને કોઈએ તેવું શીખવ્યું નહીં. Specialness સાર માં, કોઈની પરંતુ જરૂરી નથી **વ્યક્તિગત** . કોઈ વ્યક્તિ ફક્ત તેમની આંખો બંધ કરીને પોતાને પૂછી શકે છે કે *હું કેમ ખાસ છું? મેં મારા જીવનમાં શું કર્યું છે ?,* અને સ્પષ્ટ જવાબ મેળવો. જો તમે અસંતોષ અનુભવો છો, તો તમારી પાસે તે **કમાવવાનો** વિકલ્પ છે . *કોઈ તમને તે આપતું નથી, તમારે તે લેવું પડશે.* પરંતુ તે કમાણી કરવાનો સખત ભાગ છે. આ જવાબથી બચવું છે કે આપણે પ્રેમમાં વિશેષતા, પ્રશંસાત્મક ટિપ્પણીઓ અને સોશિયલ મીડિયા અથવા મિત્રો દ્વારા ધ્યાન આપીએ છીએ. તે એટલા માટે છે કારણ કે આપણે જાણીએ છીએ કે આપણે આપણી પોતાની આંખોમાં વિશેષ નથી, કે આપણે ઓછામાં ઓછું અન્ય લોકો દ્વારા કહેવા માંગીએ કે આપણે તેમનામાં છીએ. એકવાર તમે આનો અહેસાસ કરી લો, પછી તમારી વિશેષતા અન્યની મંજૂરી અને સ્વીકૃતિથી દૂર થઈ જશે અને ફક્ત સ્વને સોંપવામાં આવશે. વિશેષતા એ પછી કુશળતાનો સંગ્રહ બની જાય છે, અને વિશેષતા અનુભવું એ કુશળતામાં માસ્ટર થયા પછી જીવનમાં સુધારો કરવા પર અનુભવાયેલી સંવેદના છે.

પ્રતિક્રિયાઓ શું કરે છે

બાજુની નોંધ: આ અસ્વીકાર વિશેનો પ્રસ્તાવના છે. અમે એક રાઈડ માટે જાતને ગરમ કરી રહ્યા છીએ. હવેથી આપણે એક ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ કાર્ય કરવા જઈ રહ્યા છીએ તે પાયાના સિદ્ધાંતો વિશે વાત છે. શું આ વાહિયાત અર્થ છે? ઠીક છે, તે મૂળરૂપે વસ્તુઓ પ્રત્યેની તમારી દ્રષ્ટિએ ફરીથી વિચારણા કરે છે , અથવા જો તમારી પાસે કોઈ ન હોય તો વસ્તુઓની દ્રષ્ટિ creatingભી કરવી. તમે વસ્તુઓ વિશે નુકસાન પહોંચાડો છો અને ખૂબ જ મૂર્ખ છી કરવાનું શરૂ કરો છો કારણ કે ઘણી વખત તમે તેને ખોટી રીતે જોતા હોવ છો. સમજશક્તિનો વાંધો છે, મારા મિત્ર, તમે જે રીતે કંઈક જુઓ છો તે ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. જો તમે વસ્તુઓ ચોક્કસ રૂપે જોઈ શકો છો, તો તે તમને તેનાથી અર્થહીન વેદના ટાળવાની ક્ષમતા આપે છે - તમને તે કેમ ન જોઈએ! તેથી, આગળ ધારણા વિના, ચાલો શરૂ કરીએ.

Only Books Magazine

અસ્વીકાર જીવનનો એક ભાગ છે. તમે ઇચ્છો છો તે લોકો દ્વારા તમે નામંજૂર થવાના છો, અને તમને હંમેશાં સ્પર્ધામાં યોગ્ય શોટ મળશે નહીં.

લોકો તમારી ખુશી અથવા સમૃદ્ધિના નુકસાન માટે નિર્ણયો લેવા વિવિધ પરિબળોથી પ્રેરિત છે. મુદ્દો એ છે કે, ઘણા પ્રસંગો પર, તે તમારી સાથે કાંઈ લેશે નહીં. આ એક મોટી દુનિયા છે જેમાં આપણે જીવીએ છીએ, ઘણા લોકો છે. તમે તેમાંથી માત્ર એક છો. અને દુર્ભાગ્યે, દુનિયા તમારી આસપાસ ફરે નહીં, જે તમને ખૂબ જ ખરાબ અવરોધોથી છોડી દે છે.

હવે, કારણ કે આપણે જાણીએ છીએ કે અસ્વીકારીઓ એ જીવનનો એક ભાગ છે અને કોઈક સાથે દરરોજ થાય છે, તેથી આપણી પાસે અસ્વીકારો જોવાની રીત હોવી જરૂરી છે જે અમને સરળતાથી પાર કરવામાં મદદ કરે છે, અને તેમના દ્વારા થોડું છિદ્રમાં ડરવું નહીં. અમારું પ્રથમ પાયાના સિદ્ધાંત છે: અસ્વીકાર સામાન્ય છે. તમને આ રીતે જોવાની શરૂઆત કરવામાં ખૂબ જ મોડુ થઈ શકે છે કારણ કે તમે ઘણા વર્ષો મનોવૈજ્ and ાનિક રીતે અસ્વીકાર, નિષ્ફળતા અને નુકસાન દ્વારા વ્યભિચાર કરવામાં ખર્ચ્યા હશે. ચિંતા કરશો નહીં, અમે દરેક વસ્તુ વિશે વાત કરીશું. હમણાં માટે, આ ત્રણ શબ્દોથી કોઈપણ પ્રકારની અસ્વીકારની તમારી ધારણાને ફરીથી લખવાનું પ્રારંભ કરો: અસ્વીકાર છે

સામાન્ય.

અસ્વીકાર એ પ્રાચીન જાનવરોની સામાન્ય રીતે જોવા મળતી પ્રજાતિઓ છે જે જીવનના તમામ ક્ષેત્રોમાં દરેકને મળે છે. પહેલાં જણાવ્યા મુજબ, જ્યારે તે થાય ત્યારે તમારી સાથે કાંઈ લેવાનું નહીં હોય, પરંતુ તમે બંદૂકનો સ્વ-મહત્વપૂર્ણ, આત્મ-પ્રેમાળ પુત્ર છો, તેથી તમે તમારા બુદ્ધિગમ્ય મનને બદલે તમારા અહંકારથી વિચારશો અને તે બધું તમારા વિશે બનાવો. તમે એવું વર્તાવ કરો કે જેવું એક માત્ર તમે જ બન્યું હોય. તેથી, ફરી એકવાર, અસ્વીકાર સામાન્ય છે - તેને આ રીતે જોવાનું પ્રારંભ કરો. તેઓ બધાને થાય છે.

દર વર્ષ દરમ્યાનની પ્રતિક્રિયાઓ સૌથી ખરાબ છે

તેમ છતાં તમારા જીવનકાળ દરમિયાન અસ્વીકારો ચાલુ રહે છે, પ્રારંભિક વર્ષોમાં તેમનો ક્રૂર પ્રભાવ પડે છે, તે સમય જ્યારે તમે થોડા ઉત્સાહી, ખૂબ આશાવાદી અને થોડો હકદાર પણ હોવ. તે તમારા સ્કૂલના પ્રારંભિક વર્ષોમાં હોઈ શકે છે, જ્યારે તમે ખરેખર કોઈ શિક્ષક દ્વારા ધ્યાન લેવા ઇચ્છતા શિક્ષક હંમેશાં તમારી ભૂતકાળમાં ખસેડતા હોય તેમ જાણે તમે કોઈ અનિચ્છનીય જાહેરાત હોવ. અથવા, તે તમને ગમતી વ્યક્તિ અથવા સત્તા અથવા કરિશ્માવાળી વ્યક્તિ હોઇ શકે. એ અનુભવથી અનુભવાયેલી સંવેદના એ હતી કે, *શું હું તેમના માટે અદ્રશ્ય છું?* તમારું મન અન્ય લોકો તરફથી આવા વર્તન માટે કોઈ તર્કસંગત સમજૂતી લાવવામાં અસમર્થ છે, અને તમે તેના વિશે તમારા માતાપિતાને ખોલીને શરમ અનુભવો છો. જો તમે કરો છો, તો સંભાવના છે કે તેઓ તેને તમારા મનને સંપૂર્ણ

બકવાસ *દ્વારા* ભરવાની તક તરીકે જુએ છે: *તમે કેટલા મહાન છો તે ખ્યાલ ન આવે તે માટે તે વ્યક્તિમાં કંઈક ખોટું છે , તેથી તે વ્યક્તિને તે ન જોતા તેને ખરાબ કરો.*

અલબત્ત, તમારી દ્રષ્ટિ *તેમને સ્ક્રૂ* સાથે સંમત કરી શકશે નહીં , તે એ હકીકતનો સીધો વિરોધાભાસ છે કે તમે તેમને પસંદ કરો છો અને બદલામાં તેમના દ્વારા ગમશે. તમે તેમને તમારા મગજમાં મૂલ્ય આપ્યું છે. તેથી, જે થઈ રહ્યું છે તેના માટે સમજદાર સમજૂતીની ગેરહાજરીમાં તમે જે અનુભવો છો તે છે
- *મારી સાથે કંઈક ખોટું છે.*

સમય જતા, આ સંવેદનાઓ ડબલ, ત્રિવિધ અને ગુણાકાર કરવાનું શરૂ કરે છે. તમારી પસંદગી કોઈ શાળા પ્રવૃત્તિ, ચર્ચા, નાટક, સ્પોર્ટસ ટીમ માટે નથી થઈ; 'ઠંડા' વરિષ્ઠ વિદ્યાર્થીઓ તમને ચમકતા ન લાગે; અને સૌથી વધુ વિનાશક, તમારો ક્રશ, ખરેખર ખૂબ સુંદર અથવા લોકપ્રિય, જેની પ્રત્યેક વ્યક્તિ રસ લેશે અને તેની વાતો કરે છે, તે તમને ક્યાંય ધ્યાનમાં લેતું નથી, ભલે તમે તેને ભૂખ્યાની હરીફાઈમાં કચડી રહ્યા હોવ. તેમના પર. કે જ્યારે વૉઇસ શરૂ મોટેથી બની છે: *કદાચ કંઈક* ***છે*** *મારી સાથે ખોટું.* આમાંથી, તમારું અવિકસિત મગજ ખેંચે છે તે નિષ્કર્ષ છે: *હું ખાસ નથી.* અગાઉ ચર્ચા કરેલી, તમારી પાસે વિશેષ હોવાનો અર્થ સહેજ પણ નથી.

આ વ્યક્તિની દ્રષ્ટિ અને વ્યક્તિત્વના વિકાસલક્ષી વર્ષ છે, અને હાથનું એકમાત્ર સાધન એ અવિકસિત મગજ છે. માર્ગદર્શન વિના, નકારી કા toવાનો પ્રતિસાદ ભાગ્યે જ પરિપક્વ થવાનો છે. એક હાર્ટબ્રેક, તક ગુમાવી અને એકલતા તમને અનુભવી શકે કે તે વિશ્વની અંત છે. તેથી, તમારી ડર, નિર્ભયતા, શક્તિ, નબળાઇને આધારે, તમે આ અવાજ સાથે શું કરવું જોઈએ તે વિશે નિર્ણય લેશો: *હું ખાસ નથી.* ટૂંકમાં, તમે ખરાબ થઈ જાઓ છો કારણ કે તમને એવું ન કહેવામાં આવ્યું છે કે *અસ્વીકાર સામાન્ય, જીવનસાથીને પસંદ કરવામાં આવે છે.* તમારા મગજમાં ખરેખર કેવી રીતે લાગણીઓની ઉત્પાદક રીતે પ્રક્રિયા કરવી તે ખબર નથી. પરિણામો ખરેખર વિનાશક હોઈ શકે છે.

અસ્વીકાર દ્વારા પ્રેરિત થવું એ ખરેખર એક સારી આઈડિયા નથી

ઓફ *અનેક* પ્રતિકૂળ પરિણામો, પરિણામો ત્રણ હોઈ શકે છે:

- *હું સ્વીકારું છું કે હું હારી ગયો છું .*
- *દુનિયા મને ધ્યાન આપતી નથી; તેથી, હું જાણવામાં સફળ થઈશ. હું તેમને બતાવીશ. હું તેઓને સાબિત કરીશ કે હું શ્રેષ્ઠ / શ્રેષ્ઠ / બધાથી ઉપર છું, અને તેઓ મને પસંદ ન કરવા બદલ પસ્તાશે.*
- *હું જાહેર કરું છું કે દુનિયા અન્યાયી છે; મૂળભૂત રીતે એક અસ્પષ્ટ સ્થળ, અને પોતાને દોષી ઠેરવવા, નફરત કરવા અને ઝેર ફેલાવવા માટે સમર્પિત.*

તમને લાગે છે કે બીજો મુદ્દો એકદમ શક્તિશાળી છે - *તે બાળક માટે કુડોઝ* . ઠીક છે, ખરેખર નથી. તે વ્યક્તિ ફક્ત સફળ થવાનું છે તેથી જ તે **બીજાઓને** સાબિત કરી શકે કે તે કોઈક છે. અને, આ શોધમાં, તેઓ સંભવત blind સફળતાનો આંધળો અવલોકન કરશે, તેઓ ખરેખર શું કરવા માગે છે તેની અવગણના કરશે, કારણ કે તેમની મુખ્ય પ્રેરણા આત્મસંતોષની નથી , પરંતુ **બીજાને** સંતોષવા માટે **છે** . અને આ પ્રેરણા પાછળ જીવલેણ ખામી છે: બીજાને કંઇક સાબિત કરવાની ઇચ્છાને આ 'અન્યો' ખરેખર કાળજી લે છે, જેની તેઓ કાળજી લેતા નથી. તમારામાં જે બને છે તેનામાં તમે ફક્ત એક જ રોકાણ કર્યું છે. અને માત્ર વસ્તુ તેઓ રસ છે, શું ના બની જાય છે *તેમને* .

વળી, બે વિકલ્પ પસંદ કરનાર વ્યક્તિ તે સફળતા હાંસલ કરી શકશે નહીં તેવી સંભાવનામાં, વધુ કડવો, વધુ ઉદાસી બનવા સિવાય તેમની પાસે કયો વિકલ્પ છે? અને ચાલો ધારી લઈએ કે તેઓ તે સફળતા હાંસલ કરે છે, આ 'અન્યો' સંતોષ થાય તેવી શક્યતાઓ કેટલી છે? જો તમે તમારાથી વધુ સફળ બનવા માટે તમારી શ્રેષ્ઠતાને સાબિત કરવા માંગતા હોવ તો? શું તમારે આ સમયે નિરાશાથી માથું હલાવવું જોઈએ?

આ વિચારસરણી કેવી રીતે વિચારવું તે જાણવાના વિચારની વિરુદ્ધ છે, કારણ કે, કોઈક સમયે, તમને તમારા પોતાના મન અને વય દ્વારા આત્મનિરીક્ષણ તરફ દબાણ કરવામાં આવશે, અને આવા પસંદગીઓ અને ધંધો અસ્તિત્વના સંકટ માટેના મુખ્ય ઘટકો તરીકે સેવા આપે છે. આ, સમય સાથે, તમે જે કરો છો તેના વિષે કડવો, અર્થહીન દૃષ્ટિકોણ પણ બનાવી શકે છે, કારણ કે તમે જે નિર્માણ કર્યું છે તે એક વ્યક્તિત્વ છે જે પોતાને બીજાઓને સાબિત કરવા પર ભારે આધાર રાખે છે. આત્મ મોટે ભાગે અથવા સંપૂર્ણપણે અસ્પષ્ટ છે, કારણ કે મન તમને સંતોષ આપવા માટે તમે જેનો આદર કરો છો તેના તરફ ધ્યાન આપવાની તાલીમ આપવામાં આવી છે.

જેઓ જીવનમાં તેઓ શું કરવા માગે છે તે શોધવા માટે સક્ષમ છે તેઓ પોતાને સાબિત કરે છે કે તેઓ જે કરે છે તેમાં મહાન છે. સમય જતાં, તેઓને ખ્યાલ છે કે તેઓને કોઈની મંજૂરીની જરૂર નથી, કેમ કે તેઓ જે કરવા માગે છે તે કરવાથી તેમને હેતુ મળે છે, અને તે હેતુ પૂર્ણ કરવાથી તેમને સંતોષ અને અર્થપૂર્ણ જીવન મળે છે.

પ્રકરણ ચાર

લોકો વાજબી છે

બાજુની નોંધ: અમે અહીં અમારા બીજા પાયાના સિદ્ધાંત વિશે વાત કરીશું, જે લોકોની તમારી સામાન્ય ધારણા સાથે કરવાનું છે. અમને લોકો માટે સામાન્ય સમજની જરૂર કેમ છે? ઠીક છે, કારણ કે આપણે તેમના દ્વારા હંમેશાં નકારી કા .ીએ છીએ, અને તે ઘણા કિસ્સાઓમાં ઘણું દુtડખ પહોંચાડે છે. આ પ્રકરણ વિશે તે છે; તેથી તમારા મીઠી સીટબેલ્ટને

પકડી રાખો અને તમારા તર્કની ગિયર્સને મહત્તમ પર ખસેડો, કારણ કે આ મૂળ સિદ્ધાંત કહેવામાં આવે છે: 'લોકો વિચિત્ર છે'. હા, હું ઇચ્છું છું કે તમે હવેથી લોકોને જોવાનું શરૂ કરો.

તમે લોકો શું વિચારો છો?

કોઈ વસ્તુ સાથે કેવી રીતે વ્યવહાર કરવો તે સમજવા માટે, તમારે પહેલા તે શોધવાની જરૂર છે કે તમે તે શું કરી રહ્યાં છો. તે વસ્તુ પ્રત્યેની તમારી સમજણ તેના મનમાં તેની સમજ બનાવે છે અને તે ધારણાને આધારે તમે અપેક્ષાઓ ઉભી કરો છો. આ ખૂબ જટિલ નથી; તમે લગભગ દરેક વસ્તુ સાથે આ કરો છો. પ્રાણીઓ વિશે તમારી દ્ર strong માન્યતા છે - સિંહ જોખમી છે, તેથી મગર પણ છે. અને આ દ્રષ્ટિ તેમની પાસેથી તમારી અપેક્ષાઓને પ્રભાવિત કરે છે. તમે અપેક્ષા કરો છો કે સિંહ અથવા મગર તમારા પર હુમલો કરશે, અને તેથી તમે તે મુજબ કાર્ય કરો. એ જ રીતે, પાલતુ કૂતરો તમારા દ્વારા જુદું જુએ છે, તેથી તે પ્રાણી પાસેથી તમારી અપેક્ષાઓ મિત્રતા અને રમતિયાળ વર્તન છે અને તમે **તે** અપેક્ષાઓ અનુસાર કાર્ય કરો છો . હવે મનુષ્ય આવે છે: તેમના વિશે તમારી દ્રષ્ટિ શું છે?

ચાલો આપણે કેટલાક વિશેષણોનો વિચાર કરીશું જે તમે લોકો માટે સાંભળ્યા અથવા ઉપયોગમાં લીધા છે: લોકો મૂર્ખ, મૂરોન, મૂર્ખ, સ્વાર્થી, અવિશ્વાસપાત્ર, અવિશ્વસનીય, ગણતરીના, ગધેડાઓ, કચરાપેટી, સૂચિ તમામ સ્પેક્ટ્રumsમ્સમાં આગળ વધે છે.

ઉપરોક્ત સાથે બે સમસ્યાઓ છે. એક, આ ખૂબ ચોક્કસ છે; અને

બે, કારણ કે તે ખૂબ વિશિષ્ટ છે, તમે ખરેખર તેમનો વિશ્વાસ કરતા નથી. તમે લોકોને આશ્ચર્યજનક નિlessnessસ્વાર્થતાનાં કાર્યો કરતા જોયા છે. તમે જોયું છે, એક વ્યાવસાયિક લડાઇની ઘટનામાં, બે યોદ્ધાઓએ જીવંત વાહિયાતને એકબીજાથી હરાવી દીધા હતા, અને લડત પછી, એકબીજાને ગળે લગાવે છે, એકબીજાને અભિનંદન આપે છે અને એકબીજા પ્રત્યે આદર દર્શાવે છે. થિયરી કે લોકો કચરો છે તે સાક્ષી પછી બારીની બહાર ઉડે છે.

પરંતુ તમે માનતા નથી કે લોકો કાં તો આશ્ચર્યજનક જીવો છે. લોકો દ્વારા તમને દુ hurtખ, દુર્વ્યવહાર, અન્યાય, ન્યાય અને ઠગ કરવામાં આવ્યા છે. તમે લોકોની ઇજા પહોંચાડવાની ઘણી વાર્તાઓ સાંભળી, વાંચી અને જોઇ છે. અને તમને એવા લોકો દ્વારા ચેતવણી આપવામાં આવી છે કે જેના પર તમે વિશ્વાસ કરો છો, તમારે પોતાને શોધી કા andો અને લોકોને આંધળા વિશ્વાસ ન કરો.

આ બધાની વચ્ચે ખરેખર શું વિચારવું? શું લોકો ખૂબ જટિલ છે? સગવડ માટે, કોઈ તેને તે સમયે છોડી શકશે. શું તમે માનો છો? સત્ય એ છે કે તમે ખરેખર તેના વિશે ક્યારેય વિચાર્યું નથી. તમે કહી શકો છો કે *લોકો જટિલ છે* અથવા તેનાથી સંમત છે કારણ કે તે સૌથી તાર્કિક જવાબ જેવું લાગે છે. તે 'જાણવું' અને 'સમજણ' વચ્ચેનો તફાવત છે. તમે ઘણી સમજદાર વસ્તુઓ *જાણો છો* , પરંતુ તમે તેને કેમ લાગુ નથી કરતા તે કારણ છે કે તમે તેને *સમજી* શકતા નથી . કંઈક સમજવા માટે, તે તમારા પોતાના મનના તર્કથી આવવું જોઈએ. જ્ledgeાન ઉધાર લઈ શકાય છે, પરંતુ તમે સમજણ ઉધાર લઈ શકતા નથી. એકવાર તમે તમારી વિચારસરણીમાંથી તારણો પર પહોંચ્યા પછી, તેને અનુભૂતિ કહેવામાં આવે છે. અને એકવાર તમે કંઇક સમજ્યા પછી, તમારી સમજણ તેના વિશે એકવાર અને બધા માટે બદલાઈ જાય છે. અને અન્ય અનુભૂતિ પર અસર ન થાય ત્યાં સુધી તે ધારણા લ lockedક રહે છે - તે શીખવાની અને વધવાની પ્રક્રિયા છે.

તમે કન્ફ્યુઝ્ડ છો

જ્યારે તે લોકોની વાત આવે છે, ત્યારે સાચો જવાબ છે, *મને ખબર નથી.* તમે, સર અથવા મેડમ, સામાન્ય રીતે લોકોની એક સમજ હોતી નથી, તમે મૂંઝવણમાં છો.

તે સંપૂર્ણપણે શક્ય છે કે એવો કોઈ દિવસ નથી હોતો જ્યારે તમે લોકો શું છે તે નિર્ધારિત કરતા ન હોવ. તે વાતચીતો હોઈ શકે છે જેમાં તમે કોઈની સલાહ લો છો જેની તમે કાળજી લો છો. લોકો વિવિધ પરિસ્થિતિઓમાં કેવી રીતે વિચારે છે અથવા વર્તન કરે છે તેના પર ચર્ચા થઈ શકે છે. તે

તેમાંના લોકો દ્વારા થતી વિશ્વની સ્થિતિ પર પણ ચર્ચા થઈ શકે છે. અને લોકોની આ વ્યાખ્યાઓ વ્યક્તિના સંદર્ભ, મૂડ અને પૂર્વગ્રહના આધારે નિયમિતપણે બદલાતી રહે છે. લોકો 'મહાન' બને છે, જો તે એક સુંદર વાર્તા છે જે સાંભળનારાઓ અને વાર્તાકારના હૃદયને ગરમ કરે છે. લોકો 'મૂર્ખ' હોય છે, જ્યારે તમે નિશ્ચિત રૂપે કોઈનો વિરોધ કરો ત્યારે તે ચૂંટાય છે. લોકો 'એશોલ્સ' હોય છે, જ્યારે કોઈ તમારા પર વિશ્વાસ કરે છે ત્યારે તે તમારી ઉપર પડે છે.

તેથી, તે સમજી શકાય તેવું છે કે તમારા માટે ખાતરીપૂર્વકના લોકોની એક સમજ પસંદ કરવી તે શા માટે મુશ્કેલ હોવું જોઈએ, અને બદલાતી પરિસ્થિતિઓમાં તે સતત તમારી સેવા આપે છે.

Only Books Magazine

પહેલાં જણાવ્યા મુજબ, તમે તમારી આખી માન્યતા ' *લોકો મૂર્ખ છે*' અથવા '*લોકો આશ્ચર્યજનક છે*'*માં* મૂકી શકતા નથી - બંને ખૂબ ચોક્કસ છે. જો તમે લોકોને વાસ્તવિક રીતે જોવા માંગતા હો, તો તેઓ વિશ્વાસને પ્રેરણા આપતા નથી. આપણે જે બાકી રહીએ છીએ તે છે, ' *લોકો જટિલ છે*'. તે સાથેની સમસ્યા છે, તે સમજદાર હોવા છતાં, તે વ્યક્તિગત નથી; એવું લાગે છે કે આપણે મશીનરીની વ્યાખ્યા આપી રહ્યા છીએ, જેના વિશે આપણે વધુ જાણતા નથી. *તે જટિલ છે*. તે લોકોને વધુ દૂરના, ગુપ્ત અને સમજવામાં મુશ્કેલ લાગે છે.

લોકો વિચિત્ર હોવાનો પ્રયાસ કેમ નથી કરતા ? વિચિત્ર એ મનુષ્ય દ્વારા રજૂ કરવામાં આવેલા સૌથી વિચિત્ર શબ્દોમાંનો એક છે. તે સંપૂર્ણ હકારાત્મક કે નકારાત્મક શબ્દ નથી. ઇન્ટરનેટ પર લોકો હંમેશાં પોતાને વિચિત્ર કહે છે, લગભગ જાણે કે તેઓ પોતાને વખાણ કરે છે, જે બતાવે છે કે તેમાં તેમાં સકારાત્મકતા અને આત્મ સ્વીકૃતિનો અર્થ છે . તે જ સમયે, તેની પાસે વિચિત્રતાની સંપત્તિ છે, જે લોકોને સમયે વિચિત્ર વર્તન કરવાની જગ્યા આપે છે. *લોકો વિચિત્ર કામ કરે છે 'કોઝ તેઓ વિચિત્ર છે*. તેમાં મનોરંજનની સંપત્તિ પણ છે, જે લોકોને ચુકાદા વિના મૂર્ખ કાર્ય કરવાની મંજૂરી આપે છે. છેલ્લે, 'વિચિત્ર'માં રહસ્યનો સમાન અર્થ છે જે' જટિલ 'કરે છે, પરંતુ તે અશક્ય પ્રવેશની દિવાલ વિના.

ચાલો ઉપરના બધાને અસ્વીકાર સાથે સંકળાયેલા દૃશ્યોમાં ચકાસીએ:

મને ખબર નથી હોતી કે તેઓ મારી સાથે કેમ મિત્ર બનવા માંગતા નથી. હું માનું છું કે લોકો મૂર્ખ વાહિયાત છે.

જ્યાં સુધી તમે ખરેખર માનો નહીં કે તેઓ ચૂકી ગયા છે ત્યાં સુધી કોઈ અર્થ નથી, કારણ કે તમે ખૂબ જ સુંદર અને અદ્ભુત છો. જ્યારે તે તમારી યોજનાઓ સાથે સહમત ન હોય ત્યારે આ આત્મવિશ્વાસની શ્રેષ્ઠતા, ઘમંડ, આત્મવિલોપન અને અન્યના મંતવ્યોની અવગણના દ્વારા આવે છે.

તે મારી સાથે રહેવા માંગતી નથી કારણ કે તે આશ્ચર્યજનક છે.

આનો અર્થ પણ કાંઈ અર્થમાં નથી, કારણ કે આ કહેવાથી તારણ કા thatવામાં આવશે કે તમે હલકી ગુણવત્તાવાળા છો. તેમાં સ્વ-અવક્ષય, આત્મવિશ્વાસની હત્યા , આત્મગૌરવ અને આત્મ-મૂલ્ય શામેલ છે .

તેઓ મારા મિત્રો બનવા માંગતા નથી કારણ કે લોકો જટિલ છે.

તે ખરેખર ભાવનાત્મક સ્તરે બિલકુલ મદદ કરતું નથી, કારણ કે તેના બે ભાગો

વાક્ય એકબીજા સાથે સંપૂર્ણપણે અસંબંધિત લાગે છે. એક એવું કંઈક લાગે છે જે તમને અસર કરે છે, અને બીજું એક બિનસલાહભર્યું તથ્ય.

તેઓ મારા મિત્રો બનવા માંગતા નથી, કારણ કે, લોકો વિચિત્ર છે.

આ અસ્તિત્વમાં હોવાના વાસ્તવિક કારણ માટે અવકાશ છોડી દે છે, જે કદાચ, હાલમાં તમારા માટે અજાણ છે. તે શંકાને અહંકાર અથવા નુકસાનની ધારણાઓને બદલે જગ્યા ભરવા માટે પરવાનગી આપે છે. સાચું કહું તો, તમારી પાસે કોઈપણ ધારણાઓ, ચુકાદાઓ અથવા નિષ્કર્ષ બનાવવા માટે તમામ તથ્યો નથી. લોકો વિચિત્ર છે એમ કહીને, તમે અનુભવને તમારા અહમ પર અસર નહીં કરવાની મંજૂરી આપો. *તે જવા દો, માણસ, લોકો વિચિત્ર છે; તમારે તેમને સમજવું પડશે નહીં, કે કોઈને દોષ આપવો પડશે નહીં.* સત્ય એ છે કે, તેમના જીવનમાં શું ચાલી રહ્યું છે, તેઓ કેવા પ્રકારનાં વ્યક્તિ છે, સંબંધો બનાવવા પાછળ તેમની પ્રેરણા શું છે તે સહેજ પણ તમને ખ્યાલ નથી. તમે તેમના વિશે કંઈપણ જાણતા નથી. તમે પ્રયત્ન કર્યો, અને તે મહાન છે. હંમેશા યાદ રાખો: તમારી નોકરી લોકો સમજી નથી, પરંતુ સમજવા અને કાળજી લેવા માટે છે **જાતે** .

આપણે જે અત્યાર સુધી સમજીએ છીએ તે છે:

- જીવનમાં અસ્વીકાર પ્રત્યે આપણને સામાન્ય વલણની જરૂર *હોય છે* , *અસ્વીકાર સામાન્ય છે, તે થાય છે* .
- લોકો તરફથી અસ્વીકારની દ્રષ્ટિએ, તે બને છે: *અસ્વીકાર એ સામાન્ય વસ્તુ છે અને મારે તેમને વ્યક્તિગત રૂપે લેવાની જરૂર નથી, કારણ કે લોકો વિચિત્ર છે. કોણ જાણે છે કે તેમના માથામાં શું ચાલી રહ્યું છે - તે શોધવાનું મારું કામ નથી.*

શા માટે લોકો વિચારી રહ્યાં છે તે અદ્ભુત છે

તમારી વૃદ્ધિ માટે ' *લોકો વિચિત્ર છે' એવી* ધારણા કેમ *રાખવી* જરૂરી છે? એક માટે, પાછા પડવાની કલ્પના રાખવી એ ના હોવા કરતાં વધુ સારું છે

બિલકુલ દ્રષ્ટિ, અને ભ્રાંતિપૂર્ણ દ્રષ્ટિકોણથી વધુ સારી. શા માટે આ દ્રષ્ટિ વધુ સારી છે તે સમજવા માટે, આપણે આ પ્રકરણની શરૂઆતમાં નિવેદનમાં પાછા જવું પડશે. કંઇક પ્રત્યેની તમારી દ્રષ્ટિ તેમની પાસેથી અપેક્ષાઓ બનાવે છે. આ ખ્યાલ ક્યાંથી આવે છે? એક શબ્દમાં, ડેટા. સિંહો વિશેની તમારી દ્રષ્ટિ સિંહો વિશેના ડેટામાંથી છે. તે શિકારી છે જે ખોરાકની દ્રષ્ટિએ બાળક અને માણસ વચ્ચે ભેદ પાડતા નથી; તેઓમાં સહાનુભૂતિનો અભાવ છે, પ્રાદેશિક અને ભીષણ શિકારીઓ છે. તમારી અપેક્ષાઓ સિંહો વિશેની કલ્પનાથી આવે છે જે તેમના વિશે વાસ્તવિક વર્તણૂકીય **ડેટા** દ્વારા રચાય છે .

જે લોકો સાથે તમે મિત્ર બનવા માંગો છો અથવા રોમાન્ટિક રૂપે ઇચ્છા કરો છો તેના વિશે શું? તેમની પાસેથી તમારા અપેક્ષાઓ એક દ્રષ્ટિ જે છે આવે **કોઈ** તેને ટેકો વાસ્તવિક માહિતી આપવાનો છે. તમારી પાસે કોઈ ડેટા ન હોય તેવા લોકોના અસ્વીકારથી તમે દુ hurtખી, નિરાશ અને પ્રભાવિત થઈ રહ્યાં છો. તમારી પાસે જે છે તેનામાંની **છાપ** છે, ચોકકસ **પ્રથમ** સ્પષ્ટતા, જે ઓછામાં ઓછું કહી શકાય તે માટે ચર્ચાસ્પદ ડેટા અથવા અવિશ્વસનીય ડેટા છે. તે તમારા મગજમાં કેવી રીતે થાય છે તે અહીં છે:

- તમે એક વ્યક્તિની નોંધ લો, અને તમે વિચારો છો, *હમ્.*
- ' *હમ્મ'* બહુવિધ કારણોસર થઈ શકે છે: તે શારીરિક રૂપે આકર્ષક છે, હૂંફાળું, મૈત્રીપૂર્ણ, પિતૃ, દયાળુ, બુદ્ધિશાળી, જાણકાર, પરિપક્વ, જંગલી, મનોરંજક, ઉન્મત્ત અને અદ્ભુત લાગે છે.
- આ પ્રથમ છાપ તમારા મગજમાં રજીસ્ટર થયેલ છે, તેમના તરફ મૈત્રીપૂર્ણ રીતે અથવા રોમેન્ટિક રીતે, અથવા સંપૂર્ણ ધ્યાન - અને મંજૂરી-શોધવાની રીતમાં આકર્ષણ creating ભું કરે છે.
- આ પ્રથમ છાપમાંથી અપેક્ષાઓ ઉદભવે છે: *હું તેમની સાથે મિત્ર બનવા માંગુ છું, હું તેઓને તેમની પાંખ હેઠળ લઈ જવા માંગું છું, હું ઇચ્છું છું કે તેઓ મને ધ્યાન આપે અને મારા જેવા, હું તેઓને લાગે છે કે હું ઠંડી છું, હું તેમને ઇચ્છું છું. મારો બનો, હું ઇચ્છું છું કે તેઓ મને*

ખાતરી આપે કે હું સક્ષમ છું, હું ઇચ્છું છું કે તેઓ મને ખાતરી આપે કે હું સમજદાર, આનંદકારક, મૂલ્યવાન પણ છું.

- આ અપેક્ષાઓ તમારા ધ્યાનમાં તેમના વિશેના નિષ્કર્ષ પર પ્રથમ છાપને આગળ ધપાવે છે - *તે સંપૂર્ણ માણસો છે* અથવા આનાથી કંઈક નજીક છે.
- આ એક ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ તબક્કો છે. સત્ય એ છે કે, આ બધા દાવાઓને ટેકો આપવા માટે કોઈ વાસ્તવિક ડેટા નથી, ફક્ત આ લોકો સાથેની ક્રિયાપ્રતિક્રિયાની પ્રથમ ક્ષણોમાં અને અન્ય લોકો તેમના વિશે શું કહે છે અથવા અનુભવે છે તેમાંથી ફક્ત છાપ બનાવવામાં આવી છે. તેથી, તમારો પ્રતિસાદ હોવો જોઈએ: *તેઓ આ રીતે લાગે છે, પરંતુ મને ખબર નથી હોતી.* તે કરવાને બદલે, તમારું મગજ આદર્શકરણ નામની એક તેજસ્વી નવી પ્રક્રિયા શરૂ કરે છે, જેમાં તમારી કલ્પના શામેલ છે.
- જ્યારે તમે તેમને આદર્શ આપવાનું શરૂ કરો છો, ત્યારે તેઓ તમારા માટે વધુ વિશેષ દેખાવા લાગે છે; તમે તેમના પર વધુ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો છો અને તેમની પાસેથી તમારી અપેક્ષાઓ મજબૂત થાય છે. તમે પહેલેથી જ પુરાવા અથવા પુષ્ટિ વિના સ્વીકારી લીધું છે કે તમારી પ્રથમ છાપ તમને કહે છે તે તે છે. હવે, તમે તેમને સ્વીકારી અને તમારા મિત્રો બનવાના દૃશ્યો ચલાવી રહ્યાં છો, અને તમે તે ધ્યાનમાં રાખીને યોજનાઓ બનાવી રહ્યા છો.

- જ્યારે એવું કંઈ ન થાય ત્યારે તમને દુ hurtખ થાય છે.
- જો તે થાય, તો લાંબા ગાળે, ચાલો કહીએ કે, વર્ષો પછી, તમને ખ્યાલ આવે છે કે તેઓ જે માને છે તેનાથી તે સંપૂર્ણપણે અલગ છે. હવે તેઓ તમારા માટે સંપૂર્ણપણે માનવીય છે, જેનો અર્થ નિયમિત, સામાન્ય લોકો છે જેમાં પુષ્કળ ભૂલો, અસલામતીઓ અને તેમના જીવનની વાર્તાના પ્રભાવહીન એકાઉન્ટ્સ નથી. તેમના વિશેની તમારી ઉત્તેજના પૂર્ણ થઈ ગઈ છે.
- પ્રક્રિયા નવા લોકો સાથે પુનરાવર્તન કરે છે.

Only Books Magazine

વધુ લોજિકલ, ઓછા ભાવનાત્મક બનો

ઉપરોક્ત ફરીથી બનતા અટકાવવા માટે તમારે ચાર નક્કર મુદ્દા આપ્યા છે જે તમારે ખૂબ સ્પષ્ટપણે યાદ રાખવાની જરૂર છે:

1. ડેટા કિંગ છે. કોઈ પણ વસ્તુ વિશેનું જ્—ાન, ડેટામાંથી આવે છે - તમારી જાતને આની યાદ અપાવે છે. *હું તેમની પાસેથી કંઈપણ અપેક્ષા કરતો નથી. હું તેમના જીવન વિશે વ્યવહારીક કંઈ જ જાણતો નથી. હું અવલોકન કરીશ અને વાસ્તવિક ડેટા બતાવવાની રાહ જોઉં છું.* પ્રતીક્ષા કરવાનો અર્થ એ કે તમે તમારી પ્રારંભિક ઉત્તેજનાથી શાંત થવા માટે પોતાને સમય આપો. *હું તેમના વિશેની અફવાઓને આધારે ન્યાયાધીશ નથી જઈ રહ્યો, કે આજુબાજુના હાઇપને ખરીદીશ નહીં.* એવી સંભાવના છે કે જ્યાં સુધી તમે તેમની સાથે નજીકથી કામ ન કરો ત્યાં સુધી તમને તેમના વિશે વાસ્તવિક ડેટા પણ ન મળી શકે.

વાસ્તવિક ડેટા એ વર્તન અને વિચારની કોઈપણ પદ્ધતિ છે જે વ્યક્તિની **ક્રિયાઓને** પીઠબળ **આપે છે** , શબ્દો નહીં. લોકો આશ્ચર્યજનક લાગે તે માટે ઘણા બધા છીછરા કહે છે. તેઓ જે કહે છે તેની પાછળની ભાવના વિચારશીલ, સંભાળ રાખવી અને ઉદ્દેશ્ય માટે યોગ્ય હોઈ શકે છે. પરંતુ લોકો શું કહે છે અને શું કરે છે તે ઘણી વાર બે અલગ અલગ બાબતો હોય છે. તેથી, તેઓ કહે છે તે સરસ-અવાજવાળી બુલશીટને સંપૂર્ણપણે ખરીદો નહીં . **અવલોકન કરો** કે શું તે તેમની પસંદગીઓમાં પણ પ્રતિબિંબિત કરે છે. પસંદગીઓ, ખાસ કરીને, તે વ્યક્તિની વિચારસરણી પ્રગટ કરે છે કારણ કે, કોઈ પણ પસંદગી કરવામાં, વ્યક્તિ અન્ય ઉપલબ્ધ વિકલ્પોને પણ નકારી કા .ે છે. વાસ્તવિક ડેટા તેઓ કરે છે તે પસંદગીઓમાં મળે છે, તેઓ જે કહે છે તે કરવા માંગે છે તેના કરતા નહીં. તેઓ શું કરવા માંગતા હોય તે વાહિયાત, લોકો ખરેખર શું કરે છે તેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો.

2. પ્રથમ છાપ ઘોડા છે. તમારું મગજ લોકોની બનાવેલી પ્રથમ છાપને ઓગાળવા માટે સભાન પ્રયાસ કરો. પ્રથમ છાપ ડેટામાંથી આવતી નથી, પરંતુ તમે વિશ્વને કેવી રીતે સમજો છો - જે ફક્ત તમારી બુદ્ધિ અને જ્ ofાનના સ્તર પર નિર્ભર છે. તો ચાલો તમારી બુદ્ધિ વિશે વાત કરીએ. શું તમારી પાસે લોકોને સચોટ રીતે શોધવાનો ઇતિહાસ છે? તમે કરો

દાવો કરો કે કોણ છે તે શોધવા માટે તમને કોઈ સમય લાગતો નથી? અથવા શું તમારી પાસે ખૂબ જલ્દી લોકો પર વિશ્વાસ કરવાની વૃત્તિ છે, તેમના વિશે સંપૂર્ણ ખોટી માન્યતાઓ અને વિચારો રચે છે અને પછીથી સમજાયું કે તે અશ્વવિષયક છે? તે સંપૂર્ણપણે શક્ય છે કે તમે ખૂબ આશાવાદી, ખૂબ નિષ્કપટ અને લોકોમાં વિશ્વાસ કરનારા, લોકોની ભલાઈમાં વિશ્વાસ કરનારા છો. તમારે ધ્યાનમાં લેવાની બે બાબતો:

- તમે જે પણ છો, અથવા તેમ છતાં તમે લોકોની સામે આવવાનો પ્રયત્ન કરો છો, તે લોકોની તમારી સમજને પણ ચાલાકી કરે છે. ઉદાહરણ તરીકે, *હું સરસ છું, તેથી અન્ય લોકો પણ સરસ હોવા જોઈએ.*
- તમે જે માનો છો તે વ્યવહારિક વાસ્તવિકતાને બદલતું નથી કે લોકો તમે નથી. જો તમે સરસ-સારા માટે તમે જે કોઈ અર્થ દ્વારા ગેરંટી છે કે જે લોકો પોતાની જાતને ન હોઈ શકે છે.

મુદ્દો એ છે કે, જો તે તમારી બહારની **વ્યવહારિક વાસ્તવિકતાને** ધ્યાનમાં **લેતો** નથી, તો લોકો વિશેની ધારણા કરવા માટે તમારી બુદ્ધિ પર આધાર રાખશો નહીં . એકવાર તમે તે સામાન્ય ધારણા છે કે જે તમારા મન માની લે છે, અને પ્રથમ છાપ દૂર કરવા માટે, તમે શું બાકી છે, *હું નથી know-* જે સૌથી બૌદ્ધિક સ્થળ જીવનના તમામ બાબતો અંગે હોઈ છે.

3. લોકો વિચિત્ર વાહિયાત છે. સાથે *લોકો સામાન્ય રીતે વિચિત્ર છે* તમારા પાયાના સિદ્ધાંત તરીકે, તમે ધારણાઓ તમારા મન મંજૂર લાગે છે, તેમજ પ્રથમ છાપ માટે ઘટી ટાળો. તમે તેમને પ્રભાવશાળી, સંપૂર્ણ, વિશેષ માણસો તરીકે જોવાનું બંધ કરો. તેઓ નથી. કોઈ નથી. તેના બદલે, તમારો દૃષ્ટિકોણ થોડો અનિશ્ચિતતા છે. તમે તમારા જીવનમાં સાવધાની અને તંદુરસ્ત સ્તરના શંકાને આમંત્રણ આપો છો. તમે તમારો વિશ્વાસ પાછળના ખિસ્સા પર રાખો છો, પરંતુ તે જ સમયે તમે નિર્ણાયક, નકારાત્મક અથવા લોકોને બરતરફ નથી. જેમ કે આપણે પહેલા કહ્યું હતું કે, *હું અફવાઓના આધારે તેમનો ન્યાય કરીશ નહીં, **અથવા** તેમની આસપાસના હાઇપને ખરીદવા જઇશ નહીં. મને ખાલી ખબર નથી.*

4. અમે માર્કેટિંગ, જાહેરાત અને વેચાણની દુનિયામાં જીવીએ છીએ. કોઈપણ તમને કંઈપણ વેચી શકે છે - વાસ્તવિક ડેટા ન હોવાથી તે તક createsભી થાય છે. પ્રથમ છાપ એ બુલશિટ છે કારણ કે તે ડેટાના અભાવથી આવે છે. અન્યથા સાબિત ન થાય ત્યાં સુધી તે વેચાણ વેચાણની શક્યતાને શા માટે મનોરંજન કરતું નથી! તમે નથી, કારણ કે તે લીટીઓ સાથે વિચારવું અવિનયી અને અયોગ્ય લાગે છે. તમે બીજી વ્યક્તિને તક આપવા માંગો છો કારણ કે તમે તેને તમારા પ્રથમ પ્રભાવથી પસંદ કરો છો. બીજું કારણ કે તમે કેમ નથી માનતા કે કોઈક તમને બૂલેશીટ વેચે છે તે છે ખરાબ લોકો પ્રત્યેની આપણી અજાણ દ્રષ્ટિ, જે સારા અને ખરાબના મોટા ભાગના વિભાજનમાંથી આવે છે.

એક ખરાબ વ્યક્તિ, તમારા મગજમાં, તે છે જે ચાલાકી, ગણતરી કરનાર, જૂઠ્ઠાણા, ષડયંત્ર, મ ,કિયાવેલીયન, સમાજ-ચિકિત્સક અથવા ગુનાહિત માસ્ટરમાઇન્ડ છે, મૂળભૂત રીતે કોઈક જેની પાસે આખા પર ખરાબ શબ્દ લખાયેલ છે. અશ્લિલ મૂવીઝ અને ટીવી શ showsઝ જોવાનું એ જ શીખવે છે. તેથી, તમે તે વ્યક્તિ સાથે વિચારણા કરવાનું ટાળો છો જે તમને સારું લાગે છે. તમારે જે ખ્યાલ લેવાની જરૂર છે તે તે છે કે 'ખરાબ' લોકો, મૂવીઝ અને ટીવી શોથી વિપરીત, જે લોકો તમને ભગાડતા હોય છે, તેઓ દુનિયાને

એ જાહેરાત કરતા નથી કે તેઓ ખરાબ છે. જે લોકો તમારા માટે સારા બનવા જઇ રહ્યા છે, તેમ જ સ્વ-સેવા આપવાના હેતુઓ અથવા 'ખરાબ' હેતુઓવાળા લોકો, બંને એક જ અનિવાર્ય તથ્ય જાણે છે: તમારો વિશ્વાસ મેળવવા અને તમારા જીવનમાં આવવાનો એક જ રસ્તો છે to સરસ રહીને તમે અને તમને સારું લાગે છે. *શરૂઆતમાં, તેઓ મહાન હતા.* તેથી, જ્યાં સુધી તમારી પાસે **વાસ્તવિક ડેટા** ન હોય ત્યાં સુધી , તે ' *તેઓ વિચિત્ર છે*' ની સમજ છે , જેનો આવશ્યક અર્થ એ છે કે, *હું તેમને બિલકુલ જાણતો નથી,* તમને તમારા જીવનના વર્ષો કા takeી નાખતા ફાંદામાં પડવાનું ટાળવામાં મદદ કરે છે અને તમને કંઈપણ નવું ન શીખવે છે.

આગલી વખતે જ્યારે તમે કોઈને મળો જે તમારી આંખોમાં એક મહાન પ્રથમ છાપ બનાવે છે, તો ક્યારેય ભૂલશો નહીં, લોકો વિચિત્ર વાહિયાત છે. તેથી તેઓ વ્યાવસાયિક રૂપે શું કરે છે તે વિશે પ્રથમ છાપ સ્ક્રૂ કરો. સ્વીકારો કે આપણે માર્કેટિંગની દુનિયામાં રહીએ છીએ, તેથી તેઓ શું વેચે છે તે સ્ક્રૂ કરો - વશીકરણ, દેખાવ, ગૌરવ, તે વાંધો નથી. અને હંમેશા વાસ્તવિક ડેટા માટે નજર રાખો. આ તે જ છે જેનો વિચાર કરીને તમારી પ્રથાનો અંત આવશે કે કોઈ પણ વ્યક્તિ જે તમને શરૂઆતમાં સારું લાગે છે તે વિશેષ છે.

[પ્રકરણ પાંચ]

[નિષ્ફળતા તમને મેસેજ કરે છે?]

બાજુની નોંધ: જો તમે જીવનમાં પ્રાપ્તિ કરશો, તો આ પ્રકરણ તમારા માટે નથી. વિશેષતા વિશેનો બીજો અધ્યાય પર્યાપ્ત કરતાં વધુ હતો. નિષ્ફળતાના ભય સામે લડતા, મૂંઝવણમાં મુકાયેલા, અને જેમને હજી કંઇક પ્રાપ્ત કરવાનું બાકી છે, તેમના માટે આ કડક છે. આ પ્રકરણમાં, અમે પાયાના સિદ્ધાંત પર વિસ્તરશે *નકારણીઓ સામાન્ય છે* નિષ્ફળતા, નિષ્ફળતા ભય દિશામાં અને વિજેતાના કેવી રીતે કરવામાં આવે છે.

નિષ્ફળતા સાથે કેવી રીતે ડીલ કરવું નહીં

અસ્વીકાર સામાન્ય છે . નિષ્ફળતા અને અસ્વીકાર કેવી રીતે જોવું તે અંગેના પાયાના સિદ્ધાંત વિના, જ્યારે પણ તમે જેની કાળજી લો છો તેમાં સફળ થશો નહીં, ત્યારે પ્રથમ વિચારો છે: *હું એક અશ્લીલ મૂર્ખ છું, હું કશું જ નથી, હું હારીશ, હું કાંઈ પણ લાયક નથી , હું મૃત્યુ પાત્ર છું.* ઘણા કિસ્સાઓમાં, આ લાગણીઓ તમારા માતાપિતાના ક્રોધ, મિત્રોના ચુકાદા, લોકોની નિરાશાના ડર સાથે છે. *હું મારા માતાપિતાને કેવી રીતે કહીશ? દરેક વ્યક્તિ વિચારશે કે હું હારી ગયો છું. હું કંઇ માટે સારું નથી કારણ કે મારા મિત્રો પસાર થયા. દરેક વ્યક્તિ આગળ વધશે, અને હું અહીં કાયમ માટે અટકી જઈશ.*

કેટલાક ખરાબ પરિણામો છે:

- તમે ફરીથી નિષ્ફળ થવાથી એટલા ભયભીત થઈ જાઓ છો કે તમને સમાવિષ્ટ જોખમો સાથે કોઈ પણ સ્પર્ધા, પડકાર અથવા તક માટે સાઇન અપ ન કરવા માટે બહાનું મળશે.
- તમે એક જગ્યાએ વળગી રહો છો. તમે તમારી નોકરી બદલાવતા નથી, જાણે કે તમે કાર્યસ્થળ સાથે લગ્ન કર્યા છે. નોકરી બદલવી એ એક નવી પડકાર જેવું લાગે છે; તેમાં એક નવું વાતાવરણ, નવા લોકો, નવા કાર્યો શામેલ છે અને 'નવું' શબ્દ તમારા માટે અનિશ્ચિતતાની તીવ્ર લાગણી લાવે છે. તે તમારા માટે *કદાચ* છે

  - કદાચ હું ત્યાં નિષ્ફળ થઈશ, કદાચ હું ત્યાં સારું પ્રદર્શન કરીશ નહીં, કદાચ મારે ત્યાં જુદી રીતે અભિનય કરવો પડશે, કદાચ મારે ત્યાં વિવિધ વસ્તુઓ શીખવી પડશે. અને તે તમામ મેયબેસમાં ધ્યાન સૌથી ખરાબ સંભાવના પર છે: *તે કાર્ય કરશે નહીં.*
- તમે તમારી જાતને ખાતરી કરો કે તમે સામાન્ય છો. તમારું મન હવે સલામત વિકલ્પો માટે જુએ છે, અને તમારી પાર્ટ-ટાઇમ જોબ અન્ય લોકોને તમારા જેવા વિશ્વને જોવામાં ડરાવવાનું છે. *મધ્યસ્થતા સલામત છે.*
- એક ઉપાય પદ્ધતિ તરીકે, તમે તેને સારવારની જેમ જાણે તે પસંદગીની વાત હોય. *હું એક શાનદાર વ્યક્તિ છું જે કદી અભ્યાસ કરતો નથી અને હંમેશા પરીક્ષામાં નિષ્ફળ જાય છે, તે મારી વસ્તુ છે.* તમને લાગે છે કે લોકો તમારી સાથે હસતા હોય છે, જ્યારે વાસ્તવિકતામાં, તેઓ તમને જોઈને હસતા હોય છે, જેનો ખ્યાલ માત્ર ત્યારે જ આવે છે જ્યારે તેઓ તેમના જીવનમાં આગળ વધે છે, અને નિષ્ફળતામાં સતત ટ્રેક રેકોર્ડને ધ્યાનમાં લેતા તમારી પાસે મર્યાદિત વિકલ્પો બાકી છે.

આત્મ-નુકસાનની આ સાંકળને તે જ્ the ાન સાથે તોડવાની જરૂર છે કે જે નિષ્ફળતા, નુકસાન અને અસ્વીકાર સામાન્ય છે, અને તે ઉપાય જે તે ખૂબ જ શક્તિશાળી નકારાત્મક લાગણીઓને ઉપયોગી કંઈક તરફ દોરે છે. તે સમજવા માટે, તમારે પ્રથમ સમજવું જરૂરી છે કે કેવી રીતે જીતવું તે યોગ્ય રીતે થાય છે.

કેવી રીતે જીતવું માનસિક રીતે પૂર્ણ થાય છે

તે એક સવાલથી શરૂ થાય છે: તમે આ કરવા માંગો છો, બરાબર?

આ એક ખૂબ સરળ પ્રશ્ન જેવા જણાય છે, પરંતુ મારા મિત્ર, ત્યાં વચ્ચે તફાવત છે *ઇચ્છા* કંઈક કરવા અને *કર્યા* કંઈક કરવા. આ વિશ્વમાં મોટાભાગના લોકો જે કરે છે તે કરી રહ્યાં છે કારણ કે તેઓ ઇચ્છે છે, પરંતુ તેઓ માટે છે. કંઇક કરવું એ તમારે ફરજ બજાવવાની ફરજ બની જાય છે. કંઈક કરવાની ઇચ્છા એ **પસંદગી છે** . તેથી, જીતવા માટે, તમારે તમારા મનમાં સ્પષ્ટ કરવાની સૌથી પહેલી વસ્તુ છે, શું તમે ખરેખર આ કરવા માંગો છો?

જ્યારે તે પસંદગી હોય, ત્યાં તે વસ્તુ કરવાની માલિકી હોય. તમે તે કરવા માંગો છો. તમે આવું કરી રહ્યા નથી કારણ કે કોઈ તમારી ગધેડા પર છે, તમને નોકરીમાંથી કા geti મૂકવામાં આવશે, જો તમે નહીં કરો તો, તમારી પાસે એક કર્મચારી તરીકે ખરાબ રિપોર્ટ આવશે - આ બધાંનો અર્થ છે કે તમારે વધારે ધ્યાન આપશો નહીં. તમને મઝા કરવામાં અને કાર્યને અટકી જવાથી વાંધો નહીં, કારણ કે તમને વિચાર છે કે તમે છેલ્લી ઘડીએ તે કરી શકો છો.

અહીં એક ખૂબ જ સરળ બાબત છે, જો તમને ધ્યાન ન હોય, જો તમે જે કરો છો તેને ગંભીરતાથી લેતા નથી, તો પછી ક્યારેય જીતવાનું ભૂલી જાઓ. તેથી, હમણાં તમારા મગજમાં નિર્ણય કરો, તમે આ કરવા માંગો છો કે નહીં? તે પહેલું પગલું છે.

એક પૂછી શકે છે, અને તદ્દન વ્યાજબી રીતે, *તો તમે તમારી રાહ કેમ જોતા નથી*

તમે શું કરવા માંગો છો તે શોધી કા and્યું છે, અને તે કરો છો?

આ પ્રશ્નની સમસ્યા એ છે કે, તે **રાહ જોવાનું** સમર્થ હોવાના વિશેષાધિકાર સાથે આવે છે , જે આ વિશ્વનો મોટો ભાગ કરી શકતો નથી. કાયદા જે તેમના સંજોગોને સંચાલિત કરે છે તે સરળ રીતે જણાવે છે: તમારે **હમણાં** કંઇક કરવું પડશે .

તેથી, પ્રશ્નના ત્રણ સંભવિત જવાબો *શું તમે આ કરવા માંગો છો?* , છે: *હા, ના, મને ખબર નથી* . જવાબો, *ના,* અને *મને ખબર નથી* , ઘણા લોકો કબજે કરે છે. તેમની દલીલ એ છે કે, વસ્તુમાં આપણી **રુચિના અભાવને** કારણે આપણે સફળ થઈ શકતા નથી . *હું જે કરું છું તેમાં મને રસ નથી. તે મને પ્રેરણા આપતું નથી.* ટૂંકમાં, તમે સફળ નથી કારણ કે તમારે શું કરવું તે ખબર નથી. આ એક ખૂબ ખોટી રીતે દલીલ કરવામાં આવી છે કારણ કે તે ધારે છે કે દરેક વ્યક્તિ કે જે સફળ થાય છે, તેઓ જે કરે છે તેનાથી deeply્ડા પ્રેમમાં હોવા જોઈએ. તે સત્યનો એક ક્વાર્ટર છે, જેનો અર્થ છે કે તે 75 ટકા બુલશીટ છે. લોકો અનેક કારણોસર સફળ થાય છે:

- પૈસા, સ્થિતિ, શક્તિની ભૂખ;
- ગરીબી, હતાશા અને શરતોથી બચવા માટેની ભૂખ, જેને તમે ફરીથી ક્યારેય પાછા ન માંગતા હો;
- તમારી પોતાની આંખોમાં તે સાબિત કરવાની ભૂખ છે કે તમે સક્ષમ છો (જે વિશેષ હોવાનો ખ્યાલ હશે);
- તમે જેને પ્રેમ કરો છો અને તમારા પર નિર્ભર છો તેમના માટે પ્રદાન કરવાની ભૂખ.

સફળતા એ પસંદગીની બાબત છે - ભૂખ શું છે તે મહત્વનું નથી. એકવાર તમે તે પસંદગી કરી લો, એકવાર તમે તેને ઇચ્છિત કરી લો, પછી અમે બીજા પગલામાં દાખલ થઈશું: તમે કેવી રીતે જીતી રહ્યા છો.

જીતવાનાં બે પ્રકાર છે જે આપણે આ વિશ્વમાં જોયે છે: પરંપરાગત વિજેતા અને વાસ્તવિક જીત.

પરંપરાગત વિજેતા કેવા દેખાય છે : આ મૂળભૂત રીતે સમાજ વિજેતાનો તાજ કેવી રીતે બનાવે છે. કોઈપણ સ્પર્ધાના પરિણામો વિજેતા અને હારી ગયેલા જાહેર કરે છે. સમાજ વિજેતાની ઉજવણી કરે છે અને હારેલા લોકોની અવગણના કરે છે - આ તે જ સામાન્ય પ્રથા છે જેને તમે જોઈને મોટા થયા છો. કોઈ પણ હારેલા વ્યક્તિ વિશે વાહિયાત આપતું નથી, તેથી હારવું એ દુ: ખી થવાની વસ્તુ બની જાય છે. વિજેતાને બધા દ્વારા પ્રિય અને પ્રશંસા કરવામાં આવે છે, તેથી જીતવું સંભવિતનું પ્રમાણપત્ર બની જાય છે.

વાસ્તવિક જીત કેવી રીતે કાર્ય કરે છે: સમય પછી નિષ્ફળ થયા પછી એક જીતે છે. આ

વાસ્તવિક જીત પાછળનો સાર એ છોડતો નથી, પછી ભલે તે કઇ બેજેસ અને મેડલ સમાજ આપી રહ્યો છે. જ્યારે તમારા 'નાયકો' ની વાત આવે છે અને જેઓ તમારા માટે સફળતા અને સખત મહેનત કરે છે, ત્યારે તમે તેમને તે જ રીતે જોશો. આ લોકો તમારા નાયકો છે કારણ કે તેઓ સતત સખત મહેનતનો પ્રભાવશાળી ધોરણ પ્રદર્શિત કરે છે અને તે જ પરિશ્રમ દ્વારા તેમના ક્ષેત્રમાં કુશળતા પ્રાપ્ત થઈ છે. અને તેથી જ તમે તેને ઠીક કરવાનું અને રોમેન્ટિક બનાવવાનું પસંદ કરો છો કે તેઓ કેટલી વાર

નિષ્ફળ, ખોવાઈ ગયા અને નામંજૂર થયા. તમે તેમની નિષ્ફળતાઓ અને ભૂલોને ભારે સમજવા અને માફ કરશો. તમે તેમનામાં વિશ્વાસ કરો છો કારણ કે તમે જાણો છો કે તેઓ હારનો પ્રકાર નથી.

તેથી, તમારી વાર્તામાં, જીતવાની પરંપરાગત ભાવના લાગુ પડે છે. તમે પ્રશંસક છો તેની વાર્તાઓમાં, જીતવું એ કદી ન આપવાની ભાવના સાથે કરવાનું છે, કુશળતામાં ઉત્કૃષ્ટ છે અને મહેનત દ્વારા આવું કરવું છે. તમે **તમારી** વાર્તામાં પણ તે જ કેમ લાગુ પાડતા નથી ?

પરંપરાગત જીત સાથે તમે હજી અટકી જવાનું એકમાત્ર કારણ એ છે કે તમે તેને જોતા મોટા થયા છો, અને કારણ કે સમાજ તેને સૌથી મહત્વપૂર્ણ વસ્તુ તરીકે ગણે છે. પરંતુ તમે તેને જીતવાની પરંપરાગત ભાવનાથી ખૂબ દૂર નહીં કરો કારણ કે:

- તે ટૂંકી દૃષ્ટિની છે. તે ફક્ત એક ઇવેન્ટ, પરીક્ષાના પરિણામો, એક સ્પર્ધા પર કેન્દ્રિત છે. તે **ત્વરિત** પ્રસન્નતાની જરૂરિયાતને અપીલ કરે છે. *મેં આ જીત્યું, મેં કંઈક જીત્યું, હવે હું મહત્વપૂર્ણ, વિજેતા અને ખાસ છું.* જીતવું એ એક પણ ઘટના નથી, તે સતત પ્રક્રિયા છે. ઘણા લોકો માથામાં ખંજવાળ કરે છે, આશ્ચર્ય થાય છે, *હું મારા વર્ગની ટોચ પર હોત અને હવે હું ક્યાંય નથી, શું થયું!* તમે તે જીતથી ખુશ થયા અને પછી શું આવે છે અને પહેલાં શું થયું તેનો ટ્રેક ખોવાયો છે.
- જ્યાં સુધી તમે જીતવા માટે ખૂબ ખુશ અનુભવો છો, ત્યાં સુધી તમે નુકસાનથી અસહ્ય દયનીય અનુભવો છો. પરિણામે, નિષ્ફળતા પછી કાયમી ધોરણે ડર અને અચોક્કસ થવાનું ટાળવું મુશ્કેલ હોઈ શકે છે, અથવા જીત પછી અવિવેકી અને વધુ પડતો વિશ્વાસ બની શકે છે.

કેવી રીતે જીતવું વ્યવહારિક રીતે કરવામાં આવ્યું છે

તમે ખાસ બનવા માંગો છો. **આ** વિશેષતા સુપરફિસિયલ હોવા વિશે નથી, તે સક્ષમ હોવા વિશે છે. સક્ષમ બનીને વિશેષતા પ્રાપ્ત કરો. એકવાર તમે સક્ષમ બનવાનું નક્કી કરી લો, પછી તમે જે પણ કરી રહ્યાં છો તે **પડકાર** તરીકે જોવાનું શરૂ કરો . વસ્તુઓને પડકારો તરીકે જોવાની માનસિકતા સીધી અપીલ કરે છે

તમારા અહંકાર. ભલે તમને લાગે કે તમને તેમાં રસ છે કે નહીં તે મહત્વનું નથી. પડકાર તમને અનુભવે છે તેના કરતાં સક્ષમ બનવાની તમારી ભૂખ ઘણી વધારે છે. એકવાર તમે વિશેષતાની વિભાવનાને સમજી અને સ્વીકારી લો, પછી તમારું ધ્યાન પરંપરાગત જીતથી દૂર થાય છે.

વાસ્તવિક જીતવા માટે તમારું ધ્યાન ન તો જીતવા અથવા ગુમાવવાનું છે, પરંતુ **ભણતર પર છે** . તમે જે કંઈપણ ઉપયોગિતા, તક અને ક્ષમતાના દૃષ્ટિકોણથી શીખી રહ્યાં છો તે જોવાનું શરૂ કરો. તમે અત્યારે જે કંઇ શીખી રહ્યાં છો, હાલમાં તમે તમારા જીવન સાથે જે કંઇ કરી રહ્યા છો તે લો અને આ ત્રણ દૃષ્ટિકોણથી નીચેના પ્રશ્નો પૂછો.

ઉપયોગિતા તમને પૂછે છે: તમે જે શીખી રહ્યાં છો તેનો ઉપયોગ શું છે? કેટલા ક્ષેત્રોમાં, અભ્યાસના ક્ષેત્ર અને પ્રથાઓ તેનો અમલ કરી શકાય છે? આ શિક્ષણ તમારામાં કેટલી આત્મવિશ્વાસ ઉત્પન્ન કરે છે? તે કેટલું સ્વ-મૂલ્ય પ્રદાન કરે છે? શું બજારમાં લાંબા ગાળે તેનું મૂલ્ય છે? અને છેલ્લે, તમે જે શીખી રહ્યાં છો તે સફળતાના સંદર્ભમાં વાસ્તવિક ઉપયોગિતા પ્રાપ્ત કરવા માટે કયા તબક્કે છે? મૂળભૂત રીતે, તમે હમણાં ક્યાં ઉભા છો? ઉપયોગિતાની દ્રષ્ટિએ વિચારવું એ તમને ખ્યાલ આપે છે કે ત્યાં એક વાસ્તવિક દુનિયા છે, તમારા દેડકાથી દૂર , વાસ્તવિક સ્પર્ધા સાથે, અને તમે જે ટ્રોફી એકત્રિત કરી શકો છો તે ફક્ત તે જ સૂચક છે કે તમે સાચા રસ્તે છો, પરંતુ તમે સ્વર્ગમાં નથી '. ટી ખરેખર જીતી.

તક તમને પૂછે છે: તમે જે શીખી રહ્યાં છો તેનો ઉપયોગ તમે કેવી રીતે કરી શકો? તે તમારા માટે કેટલા દરવાજા ખોલશે? આ કુશળતાની તમે કેટલી બધી રીતે કમાણી કરી શકો છો? બજારોમાં તેની કેટલી તકો છે? જો તમે કોઈ નિષ્ણાત ન હો ત્યાં સુધી આ કુશળતાની સંપૂર્ણ સંભાવના શું છે? આ કુશળતા માટેની તકો માટેનું ભૌગોલિક કેન્દ્ર ક્યાં છે? તકની દ્રષ્ટિએ વિચારવું તમને મહત્વાકાંક્ષા આપે છે. મહત્વાકાંક્ષા તમને ગંભીરતા આપે છે. મહત્વાકાંક્ષી લક્ષ્યો સાથે, તમારા ધ્યાનમાં તેની ઉપયોગિતાની પ્રકૃતિ સુધારેલી છે અને તે પણ ફરીથી સેટ કરવામાં આવે છે.

ક્ષમતા તમને પૂછે છે: તમે જે શીખી રહ્યાં છો તે તમે કેટલી સારી રીતે કરી શકો છો? શું તમારી પાસે આ માટે કોઈ કુદરતી પ્રતિભા છે? શું તમે આ કરતાં અન્ય કરતા શીખી શકો છો? શું તમે અન્ય કરતા ધીમા છો? જો હા, તો ધીમું હોવા છતાં, શું તમે સ્પર્ધાને હરાવવા અથવા તેમના કરતા વધુ સખત મહેનત કરીને byભા રહેવા માટે સક્ષમ છો? સફળતા પરિણામ સિવાય કંઇની ચિંતા કરે છે. શું તમે સર્જનાત્મક રીતે વિચારવા સક્ષમ છો, જેનો અર્થ છે કે તમે હાલના લોકો પાસેથી નવી તકો createભી કરી શકો છો? શું તમે હોશિયારીથી વિચારવા સક્ષમ છો? ક્ષમતાઓની દ્રષ્ટિએ વિચારવું એ તમને જાગૃત કરે છે કે તમે હમણાં ક્યાં standભા છો અને તમારી મહત્વાકાંક્ષા માટે તમારે beભા રહેવાની જરૂર છે.

એકવાર તમે આ દૃષ્ટિકોણથી જીતવાનું જોશો, પછી તમે સ્પષ્ટતા મેળવશો

અને એક દ્રષ્ટિ. હવે આપણે ત્રીજા પગલા પર ખસેડવું: નિષ્ફળતા કેવી રીતે જોવી.

Only Books Magazine

વાસ્તવિક વિજેતાઓ કેવી રીતે નિષ્ફળતા જુએ છે

હકીકત એ છે કે તેની ખાતરી કરો *નિષ્ફળતાઓ, પ્રતિકૂળ અને નુકસાન સામાન્ય છે* એક **પાયાના** સિદ્ધાંત જેના પર તમારા મગજ કામ કરે છે. વાસ્તવિક જીત એ એક યાત્રા છે. આ જાણ્યા હોવા છતાં, લોકો નિષ્ફળતાની પ્રથમ દૃષ્ટિએ જીતવાની સંપૂર્ણ સંભાવના છોડી દે છે. એક મોટું કારણ એ છે કે, તમારા મનમાં, તમારી પાસે ચોક્કસ ક્વોલિફાયર છે. તેઓ આ ક collegeલેજમાં પ્રવેશ મેળવી શકે છે, ચોક્કસ સમય દ્વારા તે કુશળતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે, ત્યાં પહોંચી શકે છે અથવા કોઈ ચોક્કસ ઉંમરે આ બની શકે છે. આ તમારી યોજનાની સમયમર્યાદા અને લક્ષ્યો છે જે તમારે તમારી જાતને પૂરતી વિશ્વાસ આપવા **માટે** પ્રાપ્ત કરવાની છે કે તમે તેને ખેંચી શકો. અને એકવાર તમે તેમાંથી કોઈ એકમાં નિષ્ફળ જાઓ, પછી તમે સંપૂર્ણ સાહસ છોડી દો.

સત્ય એ છે કે, એવી ઘણી સંભાવના છે કે તમે લગભગ તમામ ક્વોલિફાયર્સમાં ફરીથી અને ફરીથી ખૂબ નિષ્ફળ થવાના છો. તમારે તેમને ગંભીરતાથી લેવાનું બંધ કરવાની જરૂર કારણ એ છે કે તે **તમારા મગજમાં આવી રહ્યા છે,** જે તમને કહે છે કે વસ્તુઓ કેવી રીતે થવી જોઈએ, **વાસ્તવિકતા નહીં,** જે તમને બતાવે છે કે વસ્તુઓ ખરેખર કેવી રીતે થાય છે.

જ્યારે યોજના કાર્ય કરી રહી નથી, ત્યારે તમે જે પણ નકારાત્મક નિષ્કર્ષ કા drawી શકો છો તે તમારા મગજમાં આવે છે. તમારે સમજવાની જરૂર છે કે આ નિષ્ફળતા ફક્ત પ્રવાસનો માર્ગ બદલી શકે છે, દિશા નહીં. ઉદાહરણ તરીકે, જો તમે ડિગ્રી મેળવવા માંગતા હતા, પરંતુ તમે નારાજ છો કારણ કે તે પ્રતિષ્ઠિત યુનિવર્સિટીમાંથી બનવાની નથી, જેને તમે પ્રવેશવાની આશા રાખી હતી, તો તમે હજી પણ જીતવાની પરંપરાગત માનસિકતા સાથે અટકી ગયા છો. **ભણતર** પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો , જે સૂચવે છે કે જ્યાં પણ તે વિષય શીખવવામાં આવે ત્યાંથી તમને ડિગ્રી મળે. જ્યાં સુધી તમે તરીકે છો જીવંત છે અને કામ તરીકે, ટોચ પર પાછા મેળવવાની અને મહાન સમાવેશ થાય તક **અસ્તિત્વમાં** . તેમાં **માસ્ટરફિલ્ડ** કુશળતા બનાવવા માટે તે તમારા પોતાના સમર્પણ પર સંપૂર્ણપણે આધાર રાખે છે . જો તમે નક્કી કરો છો કે તમને તે જોઈએ છે, તો પછી કોઈ તમને રોકી શકે નહીં. નિષ્ફળ થવાનો એકમાત્ર નુકસાન એ છે કે તમારો રસ્તો લાંબો થઈ શકે છે, પરંતુ તમે આવતા પાંચ વર્ષમાં મરી રહ્યા નથી. તમારી પાસે સમય છે, તેથી તે કૌશલ્ય બનાવવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો કે પછી તમે ગમે ત્યાં હોવ.

અને તે રીતે વિજેતા થાય છે, તમે કઈ ક collegeલેજમાં ગયા છો તે વિશે નથી, પંદર વર્ષની ઉંમરે તમે કઇ ટ્રોફી જીતી હતી; તે તમે જ્યાં ઉભા છો, તમારી ક્ષમતાઓ શું છે અને તકો આવે ત્યારે તમે શું બતાવી શકો છો તે વિશે છે. સફળતા તમારી તૈયારી પર સંપૂર્ણપણે આધાર રાખે છે. તેથી માને છે કે તે એક સફર બનશે, અને તેમાં ઘણી બધી નિષ્ફળતા થશે, અને તે બધુ બરાબર છે. પરંતુ અંતે, તમે અવગણી શકાય તેવું ખૂબ સારું બનીને જીતશો.

નિષ્ફળતા તમે કેવી રીતે યુદ્ધ જીતે છે તે શીખવે છે

એકવાર તમે વાસ્તવિક *નિષ્ફળતાના* મૂળ સિદ્ધાંત તરીકે ' *નિષ્ફળતા સામાન્ય છે*' અપનાવી લો , જ્યારે તમે નિષ્ફળ થશો, ત્યારે તમે ભાવનાત્મક રીતે પોતાને મુક્કો નહીં આપો. તમારી લાગણીઓ દયનીય લાગણી પર ઓછું કેન્દ્રિત છે અને તપાસ હાથ ધરવામાં વધારે છે. તમે જાણો છો કે, **નિષ્ફળતાઓ સામાન્ય** હોવા છતાં , એનો અર્થ એ નથી કે તે કંઈ નથી. વાસ્તવિક જીતવા માટે તમારા નિયંત્રણમાં સૌથી વધુ નુકસાન ઘટાડવું જરૂરી છે.

તપાસ શું છે?

પ્રથમ, તમે નિષ્ફળતાની માલિકી લો. તે અભિનયથી ખૂબ જ અલગ છે જાણે કે તમે નિષ્ફળતાથી ડૂબી ગયા છો. બંને સમાન અનુભૂતિ છે, પરંતુ જુદા જુદા દ્રષ્ટિકોણથી આવે છે. પ્રથમ તમને જવાબદાર બનાવે છે, બીજો શિકાર. વૃત્તિઓ, લોકો અને સંબંધોને દોષી ઠેરવવાને બદલે, તે નિષ્ફળતા માટે તમે **તમારી જાતને** સંપૂર્ણપણે જવાબદાર બનાવો . આ તપાસનું એક પગલું છે. *હું આ લાયક છું. આ નિષ્ફળતા જે પણ અસર કરે છે તે હું લાયક છું અને તેની જવાબદારી લઈશ.* એકવાર તમે માલિકી લીધા પછી, તે **તમારી** વાહિયાત બને છે . તમે ભોગ ન હોય, તે ન હતી **થાય** તમને, **તો તમે તેને કારણે** . એકવાર તમે તેની **માલિકી લો,** તે પહેલાં નિષ્ફળતાની તપાસ તપાસમાં આવે તે પહેલાં, તે બધા લોકો, સંબંધો અને વૃત્તિઓ કે જે દોષ લઈ શકે છે; તેઓએ સર્જનની છરી હેઠળ જવું પડશે.

માલિકીનું મૂલ્યાંકન શરૂ થયા પછી: *હું શા માટે નિષ્ફળ ગયો?* આકારણી તમારી ક્ષમતાઓ, ટેવો, સંબંધો અને તમારા જીવનમાંના લોકો વિશે તારણો ઉત્પન્ન કરે છે. ઉદાહરણ તરીકે, સ્પર્ધામાં તમારો અભિગમ કેવો હતો - ગંભીર અથવા બેકાર? શું તમારા અભિગમમાં કડક શિસ્ત દ્વારા સમર્થિત કોઈ યોજના, નિત્યક્રમ, દૈનિક ધાર્મિક વિધિઓનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે? અથવા તે ફક્ત બાકી રહેલા મહિનાઓની ગણતરી કરી અને પોતાને બુલશિટથી મનાવવા જેવું હતું કે તમે હજી પણ તેને નિયંત્રણમાં રાખ્યું છે? જો તમારો અભિગમ ગંભીર હતો, તો તમારે દિવસમાં વધુ કલાકો સુધી કામ કરવું જોઈએ? તમે આખો સમય કઈ સ્થિતિમાં રહેલો છે? શું તમારું ધ્યાન ભાવનાત્મક ફેલાવો દ્વારા વાદળછાયું હતું? શું તમે ટૂંકા ગાળાના આનંદના વપરાશમાં વ્યસ્ત છો? અથવા તમે સખ્ત પ્રેમ પામ્યા પછી અથવા પામ્યા પછી સખત દોડતા હતા?

તમારા તારણો જે પણ છે, સફળતા ખાતર, તમે શીખો અને તેને તમારા જીવનમાં સમાવિષ્ટ કરો ફેરફારો તરીકે. જો તમને સફળતા જોઈએ છે, તો મોટા પ્રમાણમાં ગોઠવણો કરવામાં આવશે, અને વર્તમાન સંબંધોને વાટાઘાટોમાંથી પસાર થવું પડશે. તારણો તમને કહેશે કે અમુક સંબંધો વાટાઘાટોને લાયક પણ નથી. તેઓએ જવાની જરૂર છે. તમારે તમારા જીવનનું નિયંત્રણ પાછું લેવાની જરૂર છે. નિષ્ફળતાઓને ટાળવા માટે તમારે ભૂલોને ઓળખવાની અને તમારા અભિગમ અને માનસિકતાને સંપૂર્ણ અને તાત્કાલિક ફરીથી ગોઠવવાની જરૂર છે

તમારા શ્રેષ્ઠ નિયંત્રણ માટે ભવિષ્ય. અને તેથી જ નિષ્ફળતા મહત્વપૂર્ણ છે - તેઓ તમને યુદ્ધમાં જીતવા માટે જરૂરી બધું શીખવે છે.

[પ્રકરણ સાઠ]

પ્રેમ શોધી કાવી એએસએસમાં પેન બની શકે

બાજુની નોંધ: આ પ્રકરણમાં, અમે રોમેન્ટિકલી ઇચ્છા રાખીએ છીએ તે લોકોના અસ્વીકાર વિશે વાત કરીશું. અલબત્ત, આ આપણા પાયાના સિદ્ધાંતને ધ્યાનમાં રાખીને કરવામાં આવશે, અસ્વીકાર સામાન્ય છે. આપણે યોગ્ય વ્યક્તિને કેવી રીતે શોધવી, ખોટા લોકોને ડેટિંગ કેવી રીતે ટાળવી, અને સંભવત almost લગભગ બધી બાબતો સંબંધી વિશે વાત કરીશું. ચાલો જોઈએ કે આપણે આપણી આ યાત્રામાં કેવી ભાડુ કરીએ છીએ. અહીં અમે જાઓ.

તેઓએ મને કેમ નકારી?

હવે, થોડું વાંચ્યા પછી તમે વિચારશો, શું આ પ્રકરણ ફક્ત છોકરાઓ માટે જ છે? ના. પરંતુ કિશોરવયના લોકો નામંજૂર થવાથી શું શીખે છે તે વિશે ખાસ ધ્યાન આપવું ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. એકવાર તે પૂર્ણ થઈ જાય, તે આપણે બધા વિશે વાત કરીશું.

તમને ગમે તેવા લોકો તરફથી પ્રથમ અસ્વીકાર ખૂબ જ નાની ઉંમરે થવાનું વલણ ધરાવે છે, ચાલો આપણે દસની આસપાસ કહીએ. તે સમયે, તમે થોડી વસ્તુઓનું સંયોજન વિચારી શકો છો:

- સ્વયંની તપાસ: *હું ગરીબ છું, હું ઠંડુ નથી, હું સારી નથી, હું રસ્તો ઠંડુ છું.*
- સંબંધિત સિસ્ટમ્સનું નિરીક્ષણ: *ડેટિંગ મૂર્ખ છે, લાગણીઓ મૂર્ખ છે, પ્રેમ મૂર્ખ છે.*
- સામેલ લૈંગિકાનું નિરીક્ષણ : *છોકરીઓ મૂર્ખ હોય છે, છોકરાઓ મૂર્ખ હોય છે, ગાય્સ ચાહક હોય છે, છોકરાઓ જાણતા નથી કે તેઓ શું ઇચ્છે છે, છોકરીઓ જટિલ છે, છોકરીઓ શું ઇચ્છે છે, હું તેમને સમજી શકતો નથી, કોઈ તેમને સમજી શકતું નથી.*

મુદ્દો એ છે કે, તે ઉંમરે આપણાં અવલોકનો સરળ છે અને ખૂબ અસરકારક નથી. પરંતુ, જેમ જેમ તમે વૃદ્ધ થશો, અસ્વીકાર વધુ દુ hurtખદાયક બને છે, જે મૂકે છે
પ્રશ્ન પર વધુ ભાર: *તેઓએ મને કેમ નકારી દીધો?* તમારું મગજ
જવાબો: *તેઓને મારી પાસે ન હોય તેવું જોઈએ છે* , જે સચોટ હોવા છતાં - જવાબ આપતું નથી, *તે શું છે જે મારી પાસે નથી?* અને આ થિયરીઓ માટેના દરવાજા ખોલે છે.

સીધા કિશોરવયના લોકો જેવી માહિતી પ્રાપ્ત કરે છે: *તેઓને પૈસા, મફત પરિવહન, ખર્ચાળ તારીખો, ભેટો, ઉત્તેજના જોઈએ છે જે એક ખર્ચાળ જીવનશૈલી, સ્નાયુઓ, heightંચાઈ, લિંગ, સંપૂર્ણ ચહેરાના સપ્રમાણતા, લોકપ્રિયતા, અસંસ્કારી વર્તન, જૂઠ, આંચકા, રફ સેક્સથી પ્રાપ્ત થાય છે.* , *મોટી ડક્સ, મજા, મૂંગો ગાય્સ* , વગેરે, જ્યારે કિશોરો તેને સમજવા માટે અને છોકરીઓ કેમ તેને ડેટ નથી કરી રહ્યો તે શોધવાનો પ્રયાસ કરતી વખતે તેનું મન છવાઈ જાય છે! અને આ 'જ્'ાન' ના સ્રોત છે:

- સમાન વયના મૂંગો મિત્રો.
- વૃદ્ધ લોકો, તેમની માહિતી પાછળ વય એકમાત્ર વિશ્વસનીયતા છે.
- કોઈના માટે છેતરપિંડી કરવામાં આવી હતી અને કોઈને વધુ સારી રીતે છોડી દેવામાં આવી છે તેવા લોકોના કાલ્પનિક પુરાવા.

- સેક્સ શા માટે રાખવી અને છોકરીઓને ડાઇચ કરવું તે કેમ શ્રેષ્ઠ છે તે અંગેના વેચાણની પિચવાળી ગાય્સ, કારણ કે સ્વભાવથી છોકરીઓ અવિશ્વસનીય અને મૂંઝવણમાં જીવો છે.
- તેમની આસપાસની કેટલીક છોકરીઓને નિહાળવું અને ખાસ કરીને વધુ સમૃદ્ધ અથવા શારીરિક રૂપે તંદુરસ્ત ગાય્ઝની પસંદગી કરવાનું પસંદ કરવું અને સમય-સમયે રેન્ડમ જાતીય છૂટકારો મેળવવો, અને આવી પસંદગીઓ ખૂબ હિંમતવાન હોવાને કારણે, તે બધાનું ધ્યાન આકર્ષિત કરે છે, જે છોકરીઓની ક્રિયાઓને મૌન કરે છે. ટી કે કરી.
- ઇન્ટરનેટ પરના લોકો અસલામતીઓ, હતાશા અને કેટલાક છોકરીઓ દ્વારા નામંજૂર થઈ ગયેલા અથવા તેમના મિત્રોની જાણકારીના અભાવને સમજવા અને તેને કમાવવા માટે પૂરતા તકવાદી છે. અને કારણ કે તેમનો વ્યવસાય મોડેલ તેમના ગ્રાહકો પર હતાશાની લાગણી પર ચાલે છે, તેઓ ખાતરી કરે છે કે તે દૂર ન થાય. તેથી, તેઓ તમને પીડિત તરફ આગળ ધપાવે છે, કારણ કે તમને પહેલેથી જ અન્યાય થયો હોવાનો અહેસાસ થાય છે; ઘાને મટાડવાની જગ્યાએ, તે સુનિશ્ચિત કરીને ઇજાને વધુ તીવ્ર કરે છે કે તમે ભૂલશો નહીં કે કોઈ છોકરી દ્વારા તમારા પર કેવી અન્યાય કરવામાં આવ્યો છે; અને આ ઉપરાંત, તેઓ માણસ, કર્કશ, ખરાબ છોકરો કેવી રીતે બનશે તેના વિચારો અથવા અભ્યાસક્રમો વેચે છે જે હવેથી કોઈ મેળવશે

Only Books Magazine

સ્ત્રી તે ઇચ્છે છે. ટૂંકમાં, જે બન્યું તે તમારી સાથે ફરી ક્યારેય નહીં થાય. જો કે, તેઓ જે શીખવે છે તેનો સ્ત્રીઓને અથવા સામાન્ય રીતે લોકોને વિવિધ દ્રષ્ટિકોણથી સમજવાનો કોઈ આધાર નથી; તે ખૂબ જ અલ્પજીવી છે; અને તે તમને સ્ત્રીઓ સાથે ફળદાયી સંબંધ બનાવવાની સંભાવનાથી દૂર લઈ જશે. છેવટે, તેઓ તમારી વ્યક્તિગત વૃદ્ધિ કરતા વધુ તેમના નફાની કાળજી લે છે.

અને મોટાભાગના નકારી કા confેલા, મૂંઝવણમાં મુસાફરીવાળા કિશોર છોકરાં આ બધું સાંભળે છે અને ધ્યાન આપે છે, તેથી સામાન્યીકરણ અનુકૂળ અને માનવામાં સરળ છે. તેથી, *તેઓએ મને કેમ નકારી કા* cases્યું તેવા કિસ્સાઓમાં સ્પષ્ટ રીતે જણાવ્યું નથી, અસ્વીકારનો સામનો કરવા માટે ઉપરથી કોઈ નિષ્કર્ષ તરફ જવાનું ગુરુત્વાકર્ષણ કરે છે. છેવટે, કંઇકને દોષી ઠેરવવું એ સામાન્ય સમજણ લાગુ કરવા કરતાં ખૂબ સરળ છે.

તમે તમારા તણાવ વર્ષોમાં અશ્લીલ તરીકે મૂર્ખ છો

તમારે જે સમજવાની જરૂર છે તે છે:

- તમારા કિશોરવયના વર્ષોમાં, મગજ અવિકસિત છે; મૂળભૂત રીતે, તમે વાહિયાત તરીકે મૂર્ખ છો.
- કારણ કે તમે વાહિયાત તરીકે મૂર્ખ છો, તમે પ્રેમ, રોમાંસ અને મૂવીઝ, ટેલિવિઝન શો અને ઇન્ટરનેટના સંબંધો વિશેની માહિતી એકઠી કરી રહ્યાં છો, આ બધા તમે જે **જોવા માંગો છો** તે વેચી રહ્યા છે .
- તમે નથી જાણતા કે તમે વાહિયાત તરીકે મૂર્ખ છો કારણ કે તમને લાગે છે કે તમે પુખ્ત છો. તમને લાગે છે કે, કારણ કે તમારા માટે તમારું મગજ તમારા શ્રેષ્ઠ જ્ .ાન માટે યોગ્ય રીતે કાર્ય કરી રહ્યું છે, અને તે પણ કારણ કે, કાયદેસર રીતે, એક પુખ્ત વયના લોકોનો અર્થ એવો થાય છે કે જે કોઈ વ્યક્તિ અ whoાર વર્ષનો છે - જે સંપૂર્ણ વાહિયાત વાહિયાત વાતો છે. ત્યાં સુધી તમે નોંધપાત્ર મૂક રહે પચીસ માટે છવ્વીસ. તે સમયે જ્યારે પુખ્તવસ્થા ખરેખર શરૂ થાય છે - પુખ્તાવસ્થા એટલે સંવેદનશીલતાનો વિકાસ.
- કારણ કે તમે તમારી જાતને એક પુખ્ત વયના તરીકે વિચારો છો, તમે છોકરીઓ પણ વાહિયાત જેટલી મૂર્ખ છે તે જોવામાં નિષ્ફળ જાઓ છો, કારણ કે તે કિશોરો છે

અથવા તેમના પ્રારંભિક વીસીમાં પણ છે.

- કારણ કે તમે સમજવામાં નિષ્ફળ જાઓ છો કે આ છોકરીઓ પુખ્ત માણસો નથી, છોકરીઓ પરના તમારા સિદ્ધાંતો સામાન્ય રીતે સ્ત્રીઓ વિશેના તમારા મંતવ્યો બની જાય છે.
- અને કારણ કે સ્ત્રીઓ પરના આ મંતવ્યો મૂળ વાસ્તવિકતાઓ તરીકે દેખાય છે અને

તમને 'મહિલા મનોવિજ્ .ાન', *હું કેમ નકારી* કા for ઉં તેના જવાબો તમારા આત્મસન્માન પર હાઇડ્રોજન બોમ્બ છોડો . આ *બધામાંથી,* સ્ત્રીઓ તરફથી અસ્વીકાર તમને નિષ્કર્ષ *લાવવાનું* કારણ બની શકે છે: *છોકરીઓ મેળવવા માટે, મારે એક આંચકો, ગધેડો, પ્લેબોય, વાહિયાત,* અથવા જે પણ નવો શબ્દ છે તે *બનવું પડશે , અને આ જ કારણ છે કે હું હું ગર્લફ્રેન્ડ મેળવવા માટે અસમર્થ છું.*

અમે મોરન્સ દ્વારા ખૂબ સરસ રીતે સારી રીતે ઘેરાયેલા છીએ

સત્ય એ છે કે તમે મૂંઝવણમાં છો, અસ્વીકારથી દુ fromખ પહોંચાડો છો, અને હજી પણ તે વ્યક્તિ વિશે વિચારવાનું બંધ કરી શકતા નથી. તમારે જે શોધવું જોઈએ તે તમારી પરિસ્થિતિ પર દ્રષ્ટિકોણ છે. હવે બીજી એક મોટી સમસ્યા આવી છે: **સહાયને કેવી રીતે યોગ્ય રીતે લેવી** . ઘણા લોકો માટે, ભલે આ ખૂબ જ વ્યક્તિગત મહત્વની બાબત છે, મદદ લેવી નબળા વિકલ્પ તરીકે જોવામાં આવે છે. તમારો અહમ તમને તમારી નબળાઈઓ છતી થવાના ડરથી જાહેરમાં અસ્વીકાર સંબંધિત મદદ લેવાની મંજૂરી આપતું નથી. તેથી, તમે જેના પર આધાર રાખશો તે અનિચ્છનીય સલાહ છે.

તેનો અર્થ શું છે?

તે કોઈ તમને સલાહ આપી રહ્યું છે કારણ કે તેઓએ સાંભળ્યું છે કે તમે થોડી વાહિયાતમાંથી પસાર થઈ રહ્યાં છો. તેમની પાસે તમારી સમસ્યા વિશે કોઈ વાસ્તવિક ડેટા અથવા વિગતો નથી, ફક્ત એક વિચાર છે. અનિચ્છનીય સલાહની સમસ્યા એ છે કે તેમાં તમારી સમસ્યા હલ કરવા માટે જરૂરી ગંભીરતાનો અભાવ છે. પ્રથમ, તમારી સમસ્યાને ખરેખર હલ કરવા માટે, વ્યક્તિ પાસે મદદરૂપ દ્રષ્ટિકોણ હોવો જોઈએ. બીજું, તેઓને તમારા માટે વ્યક્તિગત વિગતોની જરૂર પડશે કે જે તમારા માટે યોગ્ય ઉકેલો કે જે તમે ઇચ્છો છો, વિશ્વની વાસ્તવિકતા, અને તે બુલશીટ જે તમે તમારી જાતને કહી રહ્યા છો તેના પર ધ્યાન આપો.

તમને અનિચ્છનીય સહાય આપતી એક વ્યક્તિ આ બધાની અવગણના કરે છે. તેઓ તમને એવી માહિતી આપે છે જે *તેઓ* શું વિચારે છે, તેઓ શું કરવા માગે છે અને તેઓ શું કરે છે તેના આધારે છે. તેઓ મોટે ભાગે તેમાં રસ લેતા હોય છે કે તેમની સલાહ તમને તમારી આંખોમાં કેવી દેખાય છે. તેમનું ધ્યાન તેઓ જે છાપ બનાવી રહ્યા છે તેના પર છે, ઉકેલમાં નહીં. તેઓ ખરેખર કાળજી પણ લેતા નથી, કારણ કે પરિસ્થિતિની ગુરુત્વાકર્ષણ તેમને જણાવવામાં આવ્યું નથી. તેથી, બિન માંગાયેલી સલાહ, ઘણી વાર નકામું થઈ જાય છે.

બીજી તરફ તમારા પ્રિયજનો પણ વધુ ખરાબ છે; શક્યતા છે કે તેઓ કહે, *તમે વિશેષ છો, આગલી વખતે તમને એક સારી છોકરી / છોકરો મળશે.* અને જો કોઈ તમને ન કહેતું હોય તો પણ, તમારું પોતાનું મન તમને થોડા સમય પછી દોરી જશે. છેવટે, અમે સ્વીકારવાનો ઇનકાર કરીએ છીએ કે આપણે આત્મ-મહત્વની ભાવનામાં પોતાને માટે શ્રેષ્ઠ લાયક નથી . તમારા મિત્રો તે વ્યક્તિની નિંદા પણ કરી શકે છે જેણે તમને નકારી દીધી છે: *તે તમને પાત્ર નથી. હું તેમને ક્યારેય ગમતો નથી. મને હંમેશા તેમના વિશે ખરાબ લાગણી હતી.* તમને ખુશ કરવા માટે, તે વ્યક્તિને બદનામ કરશે જે

તમને નકારી અને તમને સંતમંડળ સુધી ઉભા કરશે. તેઓ બુલશીટ કરે છે, તેથી જ આ નિવેદનો તમને વ્યક્તિગત સ્તરે ખરેખર અર્થમાં નથી લાવતા. સત્ય એ છે કે, તમને તે વ્યક્તિ કેમ ગમ્યું તે કારણ છે

કારણ કે તે તમારા મગજમાં વિશેષ છે; અને તમે દુ hurtખી રહેશો કારણ કે તેઓ તમને પાછા ગમશે નહીં.

આપણી આસપાસના લોકો તરફથી આપણને ઘણી સમજદાર, મદદરૂપ દ્રષ્ટિકોણ મળતા નથી. જેઓ કરે છે તે ભાગ્યશાળી છે. તેથી, માત્ર અસ્વીકારો સાથે કેવી રીતે વ્યવહાર કરવો તેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાને બદલે, આપણે સમસ્યાનું સ્ત્રોત જોવું જોઈએ: તમે કયા પ્રકારનાં વ્યક્તિને ડેટ કરવા માંગો છો, અને કયા પ્રકારનાં સંબંધો તમે ઇચ્છો છો તેના તમારા વિચારોને આકાર આપનારા પ્રભાવ શું છે? જો આપણે આપણી અપેક્ષાઓના સ્ત્રોતોને સ outર્ટ કરી શકીએ, તો પછી આપણે ખરાબ સંબંધોના આ સ્વ-પુનરાવર્તન ચક્રથી, ખોટા લોકો માટે પડીને, અને અસ્વીકારોથી ઘાયલ થવાથી પોતાને બચાવી શકીશું .

તમે બિલકુલ બુલશીટ છો

પરિપ્રેક્ષ્યની ગેરહાજરીમાં, એક માપદંડ અને પાયાના સિદ્ધાંતો, તમે જે શીખી રહ્યાં છો તે ફક્ત તમારી કલ્પનાઓને અપીલ કરવા માટેના કચરાના સ્રોતથી આવે છે. આ સ્રોતોમાં મૂવીઝ, ટીવી શ ,ઝ, કન્ટેન્ટ ક્રિએટર્સ જે રિયાલિટી ટીવી એક્ટર્સ, પરંપરાગત સેલિબ્રિટીઝ, મ modelડલ્સ, વિલોગર્સ, લાઇફસ્ટાઇલ બ્લોગર્સ, યુ ટ્યુબર્સ, ઇન્સ્ટાગ્રામ પ્રભાવકો, પ popપ સ્ટાર્સ અને આ સ્ટાર અને બે સ્ટાર જે પણ બે-બીટ વાહનો છે તે સ્ટાર્સનો સમાવેશ કરે છે. એપ્લિકેશન પર તમે તમારો સમય પસાર કરો છો. તેમનો ઉદ્દેશ તમને શીખવવાનું અથવા જીવનની કઠોર વાસ્તવિકતાઓ વિશે વાત કરવાનો નથી. તેમનો ઉદ્દેશ મનોરંજન પૂરો પાડવો, અપ્રાપ્ય ધોરણો નિર્ધારિત કરવો અને તમને એવી જીવનશૈલી પર ધ્યાન દોરવું જે તમે ન પોષી શકો અને ન ટકાવી શકો. અને આથી જ તમે તેમને જુઓ છો અને એક સાથે તમારા જીવનની તુલના તેમના સાથે કરો *છો : હું ઇચ્છું છું કે મારું જીવન તેવું હતું.*

આપણે આધુનિક જાહેરાતના યુગમાં **જીવીએ છીએ** જેમાં **મનુષ્ય** ઉત્પાદનો છે. જ્યારે તમે ખરીદી કરો છો, ત્યારે તમે ખરીદી રહ્યા છો કે તેઓ કોણ છે, તેઓ કેવી રીતે જીવે છે, તેઓ કોની તારીખ છે, તેમના મિત્રો કોણ છે, તેઓ શું પહેરે છે અને તેઓ શું કરે છે. તમારે એક સંબંધ જોઈએ છે જેવું તમે મૂવીમાં જોયું છે. Onlineનલાઇન તમે અનુસરો છો તે ગાય્સની જેમ તમને કોઈ ગર્લફ્રેન્ડ જોઈએ છે. તમે એવા લોકોની જેમ મિત્રો ઇચ્છો છો કે તમે યુ ટ્યુબ પર જોતા હોવ તેવા લોકો હોય. તમે સોશિયલ મીડિયા પર અનુસરો છો તે લોકોની જેમ જીવનશૈલી ઇચ્છો છો. તમે ઇન્સ્ટાગ્રામ પર જે યુગલને અનુસરો છો તેના જેવા ચિત્રો જોઈએ છે. તમે ઇચ્છો છો કે તમારા બોયફ્રેન્ડ, યુટ્યુબરના બોયફ્રેન્ડ જેવી સુંદર વસ્તુઓ કરે, કારણ કે તમારા માટે, તે વાસ્તવિક લાગે છે. તે બધા વાસ્તવિક લાગે છે.

તમે સત્ય માંગો છો? તમને ખબર છે તે તેઓ જાણે છે. તે જ છે કારણ કે તેઓ જાણે છે કે તમને શું ગમે છે કે તેમના લાખો અને લાખો અનુયાયીઓ છે, જે તેમને લાખો ડોલરની કમાણી કરે છે. તમે **એક** તેઓ હોય અનુયાયીઓ લાખો.

તેઓ તમને ઓળખતા નથી. તમારી **વાસ્તવિકતા** મૂવી નથી. મૂવીઝની ગર્લફ્રેન્ડ્સ અસ્તિત્વમાં નથી હોતી, તેથી જ તેમને કાલ્પનિક પાત્રો કહેવામાં આવે છે. તમારા મિત્રો અત્યંત સુંદર દેખાતા લોકોનું જૂથ બનશે નહીં જેની પાસે દર પાંચ સેકંડમાં કહેવાની રમુજી વાતો છે. તમારી પાસે તે જીવનશૈલી હોઈ શકતી નથી કારણ કે આવી જીવનશૈલી અસ્તિત્વમાં નથી. અસ્તિત્વમાં છે તે હકીકત એ છે કે તમે કાલ્પનિક જોવાનું પસંદ કરો છો. તે જીવનશૈલી *લોર્ડ ઓફ રિંગ્સની* જેમ વાસ્તવિક છે . તે ખૂબસૂરત ફોટોગ્રાફ્સ ફોટોશોપ કરેલા છે, તે જ બુલશીટ આઇડિયાના સેંકડો ફ્રેમ્સ ઉપર પસંદ કરેલા છે કે તેઓ તમને વેચવા માંગે છે.

તમારું બોયફ્રેન્ડ અસ્તિત્વમાં **માં** , વાસ્તવિકતા નથી **માટે** એક ઉત્પાદિત વાસ્તવિકતા કે જેમાં તમારી સંબંધ છે, સ્ક્રિપ્ટ લખી દિગ્દર્શિત અને સંપાદિત થયેલ લોકોને જોવા માટે છે. તમે તેમની વાસ્તવિકતા વિશે **કશું જ** જાણતા **નથી** . તેથી, પોતાને એવા લોકો સાથે તુલના કરવાનું બંધ કરો કે તમે ક્યારેય ન મળ્યા હોય અને તેની પાસે કોઈ વાસ્તવિક ડેટા નથી.

આ productsનલાઇન ઉત્પાદનોને ટેકો આપવા માટે ભરતી થયા પછી તમારા મનમાં સૌથી પ્રબળ વિચાર એ છે કે તેઓ જે પ્રકારનું જીવન કરે છે તેના માટે તમે લાયક છો. તમે એવું વિચારો છો કારણ કે તમે ભાવનાત્મક મૂર્ખ છો. જ્યાં સુધી તમે તમારી જાતને લાગણીઓથી દૂર કરી શકશો નહીં અથવા તમારી લાગણીઓને કાબૂમાં કરી શકશો નહીં, ત્યાં સુધી તમે ભાવનાત્મક મૂર્ખ રહેશો;

લાગણીશીલ હોશિયાર બનવામાં વર્ષો લાગે છે. તેથી, આ લોકો પ્રેમ, સંબંધો, ડેટિંગ, સમાજીકરણ, જીવનશૈલી અને સ્વ વિશેના જ્ knowledgeાન પ્રાપ્ત કરવાના તમારા સ્રોત બની જાય છે. અને તમારી માંગણીઓ હવે એવી ધારણાઓ છે કે તમને જે **કહેવામાં** આવ્યું છે તેના આધારે તમને શું ખુશ કરશે અન્ય લોકોને ખુશ કરે છે. ઉદાહરણ તરીકે, ગાય્સ માટે, આવી જ એક માંગ છે તે girlsનલાઇન છોકરીઓ, છોકરીઓ જે ઇન્ટરનેટ સેલિબ્રિટીની આસપાસ લટકાવે છે તે તમને લાગે છે કે તે તમારા *બ્રોસ, બડિઝ અને કુટુંબ છે* . કેચ આ છે: તેઓ વિડિઓના દરેક એક ફ્રેમમાં માનવામાં ન આવે તેવા આકર્ષક છે. તમે તેઓ કેવી રીતે વસ્ત્ર, તેમના મેકઅપ, તેમના શરીરથી આકર્ષિત છો. આ બકવાસ એ કાલ્પનિક ગર્લફ્રેન્ડ અથવા કાલ્પનિક જીવનસાથીના વિચારને જન્મ આપે છે જે તમે તમારા જીવનમાં ઇચ્છો છો. તમને કહેવામાં આવ્યું છે, બતાવ્યું છે અને ખાતરી છે કે તે **અસ્તિત્વમાં છે** .

અને આ તમારા ભાવિ ભાગીદાર માટેના માપદંડ બની જાય છે: તે કાલ્પનિક વ્યક્તિ. અને તે જ રીતે, તમે વાસ્તવિકતા, વાસ્તવિક શક્યતાઓ, વાસ્તવિક પરિણામો, સ્થિરતા પર તમારો શ shotટ, મહત્તમ વ્યક્તિગત વિકાસ પર તમારો શોટ અને ઘણા કેસોમાં તમારો શ shotટ એક મહાન કારકિર્દી પર, તમારી જાગૃતતા અને તમારા શોટથી પોતાને અલગ કરી શકો છો. ટાળીને અને આઘાતજનક અનુભવોને ઘટાડીને.

તમે કાલ્પનિક વ્યક્તિ પછી પસંદ કરી રહ્યા છો

લાખો અને લાખો લોકો વાસ્તવિક દુનિયામાં કાલ્પનિકનો પીછો કરી રહ્યાં હોવાથી, આપણી પાસે જે લાખો ભ્રામક લોકો છે જે કાલ્પનિક પાત્રો ભજવી રહ્યા છે, જે તેઓ ખરેખર કોણ છે તેનાથી દૂર લઈ જઇ રહ્યા છે.

કોઈ પણ આત્મનિરીક્ષણ અથવા તેમની કાલ્પનિક વ્યકિતગત પર વિશ્વાસ વિના, તેઓ માથું લપેટી શકતા નથી કે તેઓ તે વ્યક્તિને કેમ મળતા નથી જેની સાથે છે. શા માટે તેઓ જે તારીખે આવે છે તે દરેક વ્યક્તિને આંચકો, ચીટર, જુઠ્ઠો, ગધેડો, અવિચારી, કંટાળાજનક, જુદા જુદા, નિયંત્રિત કરવા અથવા છેડછાડ કરવામાં આવે છે. *મારો મતલબ, લોકોમાં શું વાહિયાત છે?* તમારી સાથે બધુ ખોટું છે. તમે એક ભ્રાંતિપૂર્ણ મૂર્ખ છો જે કાલ્પનિક અક્ષરોની તારીખ નક્કી કરવાનું ચાલુ રાખે છે. અને અસ્વીકાર અથવા ખરાબ સંબંધો હોવા છતાં, તે બંધ થતું નથી. આ કાલ્પનિક સંબંધોના ફક્ત બે જ પરિણામો છે: સમય જતાં, કાં તો તે તમારા માટે ગર્દભ બનશે, અથવા તમે તેમના માટે તે રીતે બનશો, કારણ કે સંબંધો કાલ્પનિક નહીં પણ વાસ્તવિકતાની વસ્તુ છે.

અમે કાલ્પનિક જીવનસાથીના વિષય પર હોવાથી, ચાલો તમારી પસંદગીઓની સમીક્ષા કરીએ: તમારા બધા અસ્વીકારોમાંથી, તમને જે સંદેશાઓનો જવાબ મળ્યો નથી, જે વિનંતીઓ સ્વીકારવામાં આવી નથી, જે લોકોની તરફ તમે તરત આકર્ષિત થયા હતા, તે ક્યારેય હતો? આ ધંધો વિવિધ? અથવા આ બધા લોકોએ તે કાલ્પનિક વ્યક્તિ હોવાની સમાન સ્થિતિ ભરી હતી? કાલ્પનિક ગર્લફ્રેન્ડ હોવા માટેની શરતો:

- તેણી પાસે સરસ ડ્રેસ સેન્સ અને હેરસ્ટાઇલ છે.
- તેણીની તસવીરોમાં તે હોટ લાગી રહી છે.
- તે વ્યવહારીક કોઈ વ્યાકરણની ભૂલો સાથે સંપૂર્ણ વાક્યો રચવામાં સમર્થ હોવાનું લાગે છે, જે તે હોશિયાર હોવાનો સંકેત છે.
- અને, સૌથી અગત્યનું, તેનું શરીર કેવી રીતે જુદા જુદા ખૂણાથી, બેઠેલા અથવા .ભા દેખાય છે.

તમારી કાલ્પનિક સમાન ભાગો પોર્ન છે, તારીખો અને સામાજિક પ્રવૃત્તિઓના મૂવી દ્રશ્યોની ફરીથી રચના , અને અલબત્ત એવી ધારણા કે આ વ્યક્તિ તમને ક્યારેય છોડશે નહીં.

કાલ્પનિક બોયફ્રેન્ડ માટેની સૌથી સામાન્ય શરતો આ છે:

- તે પ્રસ્તુત લાગે છે અને આકર્ષક છે.

- તે તેના જીવનમાં કંઈક કરી રહ્યું છે જેનાથી તે સક્ષમ દેખાશે.
- વ્યવહારીક કોઈ વ્યાકરણની ભૂલો સાથે તે સંપૂર્ણ વાક્યો રચે છે, જે તે હોશિયાર હોવાનો સંકેત છે.
- તે તમને મોહક રીતે પડકાર આપે છે, જે ઉત્તેજના, અણધારી અને તેની મંજૂરી મેળવવાની ઇચ્છા બનાવે છે.

તમારી કાલ્પનિક, મૂવીઝના હોંશિયાર પુરુષ પાત્ર, મૂવીઝમાંથી સંબંધોની ગતિશીલતા, અને તે માટે કે તમે તેના વિશેષ છો તે ધારણા સમાન છે - જે તમને ખાતરી આપી દેશે કે તમે છો, અને પછી તે માન્યતાનો ઉપયોગ તમારા સિદ્ધાંતો સાથે સમાધાન કરવા માટે કરો તેની પાસે જે પણ વિચારો છે.

આ સામાન્ય રીતે છોકરાઓ અને છોકરીઓ બંને સાથે થાય છે જે કાલ્પનિક પાત્રો ભજવી રહ્યા હોય અને કાલ્પનિક પાત્રોને ડેટ કરવા માંગતા હોય, જે તમારા મૂર્ખ પ્રભાવો હોય. અને જ્યારે આ જ લોકો આ કાલ્પનિક છોકરીઓ દ્વારા ડૂબી જાય છે, ત્યારે તેઓ કેમ તે સમજવા માટે સંઘર્ષ કરે છે. ઠીક છે, તેણીને વધુ સારું કાલ્પનિક પાત્ર મળ્યું છે. જે બન્યું તે છે કે, સમય જતાં, તમારા સંબંધો વાસ્તવિકતામાં પ્રવેશ્યા, જેનો અર્થ છે કે, તમે તેના વાસ્તવિક જીવનની જેમ જ કંટાળાજનક, પુનરાવર્તિત અને વાસ્તવિક બન્યા. અને તેમાંથી કંઈ મૂવી જેવું નથી .

Only Books Magazine

ચૂંટો- ઉપરની કલાકારો એ હ્યુમન ગાર્બેજ છે

જ્યારે આ જેવા અસ્વીકારો થવાનું ચાલુ રહે છે, ત્યારે નિરાશા, ગુસ્સો અને દુ hurtખ તમારા મગજમાં પ્રસરે છે, તેની સાથે તમારા પોતાના વિશે શંકા પણ આવે છે. તે ક્ષણે, પોતાને પૂછવાને બદલે, *હું પછી શું ચલાવુ છું?* તમે પૂછશો, *હું છોકરીઓ મેળવવામાં કેમ નિષ્ફળ છું?* હજી પણ આત્મ જાગૃતિ નથી, પરંતુ તે તરફ આગળ વધવા માટે પુષ્કળ પ્રેરણા.

આ તબક્કે, ડેટિંગ ગુરુ અને પિક-અપ કલાકારો દાખલ કરો . આ એવા લોકો છે કે જેમણે તમારા કરતા બરાબર અથવા વધુ અણગમો સહન કર્યા છે, જેમાંથી કેટલાકએ તેમના અહંકારને એટલા માટે દોર્યા હતા કે તે 'છોકરીઓ મેળવવામાં' તેમના જીવનમાં પોતાની જાતને સાબિત કરે છે કે તેઓ 'પુરુષ' છે. તેઓ સામાન્ય રીતે તેમના અતિસંવેદનશીલ ઇગોઝની મસાજ કરવા માટે પોતાને 'આલ્ફાસ' તરીકે સંદર્ભિત કરવાનું પસંદ કરે છે, જે સેક્સ દરમિયાન તેમના જી-સ્પોટ તરીકે પણ કાર્ય કરે છે . તેનો અર્થ એ છે કે કોઈ છોકરી સાંભળીને તેઓ તરત જ પરાકાષ્ઠા કરે છે, જેમ કે તેમને આલ્ફા અથવા તેના વિવિધતા, જેમ કે માસ્ટર, ડેડી તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, જેનો મૂળભૂત અર્થ એ થાય છે કે તેઓ તેમના પિતા છે. કાલ્પનિક દુનિયામાં રહેતા પપ્પાના મુદ્દાઓવાળી એક પ્રભાવશાળી છોકરી દ્વારા આ અપંગને માન્ય કરવાની જરૂર સિવાય બીજું કંઈ નથી. અને આ છોકરાઓને **છોકરીઓ દ્વારા** અલ્ફાસ, માસ્ટર અથવા ડેડી શબ્દોનો પુનર્જન્મ કરવો જરૂરી છે, જેથી તેઓ તેમના ભૂતકાળમાં **છોકરીઓ દ્વારા** થતી અસ્વીકારની ભરપાઈ કરે .

તેમાંથી, તમે સ્વાભાવિક રીતે જોઈ શકો છો કે તેઓ તેમના પાછલા અસ્વીકારોથી કેવી રીતે સંપૂર્ણ રીતે પાછો મેળવ્યો નથી, અને હવે **તમને તેઓની** જેમ બનીને તમારા અસ્વીકારમાંથી કેવી રીતે પાછો મેળવવો તે શિખવાડવામાં આવે છે , જેનો અર્થ છે કે છોકરીઓ જેવી દયનીય રીતે ઓબ્સેસ્ડ છે - કારણ કે હવે તે કોઈક રીતે હરીફાઈ છે. , *અને તમારે જીતવાની જરૂર છે.*

તેઓ તમને જે શીખવે છે તે એ છે કે આમાં કંઈપણ ખોટું નથી

તમે પસંદ કરી રહ્યાં છો તે વ્યક્તિનો પ્રકાર; તેનાથી .લટું, તમે તે કરવાનું યોગ્ય છો. તે જ **પ્રકારની** છોકરીઓ પસંદ કરવા માટે એક મજબૂતીકરણ બની જાય છે જે તમારી કાલ્પનિક

ગર્લફ્રેન્ડ જેવું લાગે છે. આ શીખ્યા પછી, તમારી પસંદગીઓ પર સવાલ ઉભા કરવાને બદલે, તમે સમાન પ્રકારનો પીછો કરવા માટે વધુને વધુ આકર્ષિત થશો, કારણ કે હવે, તમારામાં આશા hasભી થઈ છે. તમારી પસંદગીઓના વાસ્તવિક વિશ્લેષણ તરફ પ્રયાણ કરીને તમને જે ફાયદો થઈ શકે તે શંકા હવે આ **વિચાર** દ્વારા ભૂંસી નાખવામાં આવે છે કે તમે એક દિવસ તે છોકરીઓ સાથે હોઇ શકો. છેવટે, આ પ્રકારની છોકરીઓ તમારી કલ્પનાઓ છે, તમે તેમને માની શકો છો એમ માનીને પક્ષપાત કેમ નહીં કરો! અને તે એકલા જ તમે કોણ છો તે શોધવામાં વિલંબનું કારણ બને છે, કારણ કે હવે તમે તમારી જાતને કોઈક બનવાની નોંધણી કરી લીધી છે.

નકારાત્મક અર્થ જેક-શિટ

તમે ઇચ્છો છો તેમાંથી તમે કેવી રીતે **સંવેદનાપૂર્વક** નકાર જોવી જોઈએ ?

સત્ય એ છે કે, તમારી પાસે કેમ નકારી કા gotી તેનો **વાસ્તવિક** ડેટા નથી . કોઈપણ ડેટાની ગેરહાજરીમાં, તમે તમારી અસલામતીઓને તમે નકારી કા whyવાના બધા કારણોને ભરવા દો. તમારે જે કરવાનું છે તે છે, તેને અહીં છોડી દો: *તમારી પાસે કોઈ વાસ્તવિક ડેટા નથી.* તમે કેમ નથી જાણતા. તેને વ્યક્તિગત બનાવવાનું બંધ કરો કારણ કે તમારી પાસે આનાથી વધુ સારું કંઈ નથી. તમને તેમની ઇચ્છાઓનો પ્રકાર, તેઓ **કેમ** ઇચ્છે છે, તેમના પ્રભાવ, બુદ્ધિની ડિગ્રી, અનુભવની ડિગ્રી, તેઓ કોણ લાગે છે કે તેઓ કોણ છે, ખરેખર તેઓ કોણ છે, અને જો તેઓ જાણતા હોય કે તેઓ ખરેખર કોણ છે તે **કેમ નથી** ઇચ્છતા. તમારી પાસે કોઈ ડેટા નથી. તેથી, લોકો તરફથી નકારવાનો અર્થ તમારા માટે જેક-શિટ હોવો જોઈએ .

શું તમે ક્યારેય રોમેન્ટિકલી કોઈને નકારી કા ?ી છે? જો તમારી આંગળીને અદલાબદલ કરવા જેટલા ઓછા પ્રયત્નોની જરૂર હોય, તો પણ વિચારો કે કેટલો વિચાર અને સમય તેની પાછળ ગયો. સ્વીકારવા અથવા નકારવા પાછળ તમે કયા પરિમાણોનો વિચાર કરી રહ્યા હતા? તે પરિમાણો કેટલા મૂર્ખ રીતે અસ્પષ્ટ, નૈતિક અને છીછરા હતા? કોઈને નકારવા પાછળ કેટલું વિચાર આવે છે તે જ છે. વધારે નહિ. જ્યારે તે થવામાં થોડીક સેકંડથી વધુ સમય લેતો નથી ત્યારે તમે વ્યક્તિગત રીતે અસ્વીકાર કેવી રીતે લઈ શકો છો? શું તમને લાગે છે કે તમારું આખું અસ્તિત્વ સમજી શકાય છે, તેનો નિર્ણય કરી શકાય છે અને સેકંડના મામલામાં પર્યાપ્ત સારાંશ આપી શકાય છે? વાહિયાત, ના!

કોઈના દ્વારા નકારી કાવું એ તમારા પરનું નિવેદન નથી. તમારી પાસે કોઈ ડેટા નથી, તમારી પાસે તે ડેટા હોઈ શકતો નથી. તમને જાણવા માટે, તમારે તેમના દિમાગ વાંચવા માટે સક્ષમ હોવું જોઈએ. એવી સંભાવના છે કે સંબંધમાં અને ભાગીદાર પાસેથી તેઓ શું શોધી રહ્યા છે તે અંગે તેમને કોઈ ખ્યાલ નથી; તેઓ કદાચ ફક્ત તેમની વૃત્તિને અનુસરી રહ્યા છે. અથવા આપણે કહી શકીએ કે તેઓ જાણે છે કે તેઓ શું શોધી રહ્યાં છે:

એવી સંભાવના છે કે તેમને કોઈ ખ્યાલ નથી કે તે તેમના માટે સારું છે કે નહીં. શું મહત્વનું છે, **તમે** જાણો છો કે તમે શું શોધી રહ્યાં છો? અને સૌથી અગત્યનું, તમે જે શોધી રહ્યાં છો - શું તમે ખાતરીપૂર્વક જાણો છો કે તે તમારા માટે સારું છે?

કેવી રીતે અધિકાર વ્યક્તિ માટે જુઓ

Only Books Magazine

તમે કોણ છો?

આનો જવાબ એ નક્કી કરે છે કે તમે તમારા જીવનમાં કયા પ્રકારની વ્યક્તિને લાવવા માંગો છો. સત્ય એ છે કે, તમે જેટલું પોતાને જાણો છો, વધુ સારી પસંદગી તમારે કરવી પડશે. છેવટે, તમે તમારા વિશે તે જ્ knowledgeાનને રોજગારી આપી શકો છો - *હું કોણ છું તે માટે કેવા પ્રકારનું વ્યક્તિ શ્રેષ્ઠ અનુકૂળ રહેશે* - અને પછી ફક્ત આવા લોકોની શોધ કરો.

હવે, બધી nessચિત્યમાં, કોઈ પણ અપેક્ષા રાખતું નથી કે તમે તમારી જાતને સો ટકા જાણશો. તમે સમય અને અનુભવો સાથે બદલાઇ રહ્યા છો, અને તમારા વિશે નવી વસ્તુઓ શોધી રહ્યા છો. તેથી, અડધી શિષ્ટ પસંદગી કરવા માટે, 'તમે કોણ છો' નો જવાબ, તમે અત્યારે

ક્યાં છો અને તમે ક્યાં બનવા માંગો છો તેની વચ્ચે હોવું જોઈએ; ટૂંકમાં, ક્યાંક વાસ્તવિકતા અને આકાંક્ષા વચ્ચે. તે આદર્શ પરિસ્થિતિ હશે.

વાસ્તવિકતા શું છે? તેઓ કોણ છે તે શોધવા માટે મોટાભાગના લોકોને કોઈ વિચાર હોતો નથી કે ન તો કોઈ ઝુકાવ. તેમની પાસે કાં તો પોતાને વિશે એક સંપૂર્ણ ઉન્મત્ત વિચાર છે fant એક કાલ્પનિક પાત્ર — અથવા પોતાને વિશે આકાંક્ષી વિચાર જે વ્યવહારિક વાસ્તવિકતાને ધ્યાનમાં લેતા નથી.

પ્રથમ પ્રકારનું ઉદાહરણ છે, *હું એક વાહિયાત વાહનો સ્ટડ છું* : આ મોરોન વિચારે છે કે તે જેમ્સ બોન્ડ કરતા ઓછો નથી અને છોકરીઓ તેના પગથી મરી જવી જોઈએ. બીજું ઉદાહરણ છે, *હું એક રાણી છું:* આ મોરોન વિચારે છે કે તે રોયલ્ટી છે અથવા કર્દાશીયન કુળના સભ્યોમાંથી એક છે. સમસ્યા એ છે કે ઘણા લોકો ખરેખર તેમના કાલ્પનિક પાત્રોને માને છે. અને કારણ કે તેઓ તેમનામાં ખૂબ વિશ્વાસ કરે છે, તેથી તેઓ દૈનિક ધોરણે તેમને વાસ્તવિક બનાવવાનું કામ કરી રહ્યા છે.

બીજા પ્રકારનું એક ઉદાહરણ છે, *હું જે કરું છું તેનાથી હું એક પ્રતિભાશાળી છું, અને એક દિવસ દુનિયા મારા વિશે જાણશે:* આ એવા લોકો છે કે જેઓ તેમની વ્યવહારિક વાસ્તવિકતાથી એટલા અલગ છે કે તેઓ જે કરે છે તેનાથી સંપૂર્ણ છીછરે છે, તેમની વર્તમાન વાસ્તવિકતાને સ્વીકારવાને બદલે, તેઓ વિરુદ્ધ વિચારે છે.

હવે, કલ્પના કરો કે આવા લોકો કયા પ્રકારનાં ભાગીદારોની શોધમાં હશે? તેમની પાસે સ્વ-જાગૃતિ નથી, તેથી તેઓ જે શોધી રહ્યા છે તે કાં તો તે પોતાને કહેતા તેજીનું આકર્ષણ અથવા માન્યતા છે. *હું સૌથી ગરમ વ્યક્તિને લાયક છું. હું ખરેખર સમૃદ્ધ વ્યક્તિને લાયક છું. હું એવી વ્યક્તિને લાયક છું જે મારા પર આંધળા વિશ્વાસ કરશે.*

જ્યારે નકારી કા ,વામાં આવે છે, જે લોકો કાલ્પનિક દુનિયામાં રહે છે તે તેમની કાલ્પનિકતાને લાગે છે

પાત્રને વધુ કામની જરૂર છે. *હું tallંચો નથી, હું સ્નાયુબદ્ધ નથી, હું પ્રભાવશાળી નથી, હું તે પ્રખ્યાત વ્યક્તિ જેવો નથી લાગતો, હું ઇન્સ્ટાગ્રામ પર તે મોડેલ જેવો દેખાતો નથી, મારી પાસે તે શરીર હજી નથી. મારી પાસે આ વસ્તુઓ ન આવે ત્યાં સુધી હું ઓછો, અપૂરતો અને અનિચ્છનીય છું.*

જ્યારે લોકોને લાગે છે કે તેઓ શ્રેષ્ઠ છે, તેઓ નામંજૂર થાય છે, ત્યારે તેઓ ફક્ત તે વ્યક્તિને દોષ આપે છે. *તે મૂંગો છે. તેને કળા નથી મળતી. તે બૌદ્ધિક નહોતો. તે કોઈપણ રીતે મારા સ્તરે નહોતો. તે પૂરતો સ્માર્ટ ન હતો.*

જો તમને કોઈ સારો સંબંધ જોઈએ છે, તો તમારે આ કાલ્પનિક લોકો, ઉત્સાહી ગરમ છોકરી અથવા હંમેશાં આસપાસની ફિલ્મોમાંના વ્યક્તિને શોધવાની બુલશીટ છોડી દેવાની જરૂર છે. તમારે યથાર્થવાદી બનવાની જરૂર છે. તમે જે શોધી રહ્યા છો તેના આધારે હોવું જોઈએ કે તમે હાલમાં કોણ છો અને તમે ક્યાં બનવા માંગો છો.

જ્યારે તમે વિશે વાસ્તવવાદી રીતે, તેના બદલે અકારણ લોકો માટે ઘટી કાળજી 'તમે કોણ છો' શરૂ થાય છે, તમારા વિશે કાળજી શરૂ **તેઓ કોણ છે** . આકર્ષકતા ફક્ત પ્રવેશ-સ્તરની લાયકાત હોવી જોઈએ ; તે નિર્ણાયક પરિબળ હોવું જોઈએ નહીં. આ ગ્રહ પર લાખો આકર્ષક લોકો છે.

તો, પ્રથમ સવાલ એ છે કે તમે કોણ છો?

આનો અર્થ એ છે કે તમે કોણ બૌદ્ધિક, લૈંગિક, ભાવનાત્મક અને વ્યવસાયિક છો. તમે પહેલા ત્રણને આકૃતિ આપવા માંગતા તે બધા સમયનો સમય લઈ શકો છો, અને તે કરવાનું તમારા પર છે. જ્યારે તમે સૂશો ત્યારે કોઈ તમારા તરફે કરી શકશે નહીં. છેલ્લો ભાગ તે છે કે તમે વ્યવસાયિક છો, જે તમે આ પ્રશ્નો પૂછીને શોધી શકો છો:

- *મારી મહત્વાકાંક્ષા શું છે?* (તમે બરાબર શું બનવા માંગો છો? તમે ક્યાં પહોંચવા માંગો છો?)
- *મારા વર્તમાન લક્ષ્યો કયા છે?* (ઉપર જણાવેલ મહત્વાકાંક્ષાને વાસ્તવિક બનાવવા માટે ટૂંકા ગાળાના અને લાંબા ગાળાના લક્ષ્યો.)
- *મારા લક્ષ્યોને પ્રાપ્ત કરવા માટે મારે નિયમિત શું છે?* (સમજૂતીની જરૂર નથી.)
- *મારા સપના શું છે?* (તમે તે કેમ પ્રાપ્ત કરવા માંગો છો?)

- *મેં પસંદ કરેલી કાર્યની લાઇનનો સ્વભાવ શું છે?* (તે કેવી માંગ કરે છે? છૂટછાટનો અવકાશ શું છે? કઈ ઉંમરે અને કયા કૌશલ્ય સાથે તમે તમારા ક્ષેત્ર અથવા કાર્યસ્થળમાં વિશ્વસનીય માન પ્રાપ્ત કરી શકશો?)

ઉપરના પ્રશ્નો તમને તમે ક્યાં છો અને તમે ક્યાં બનવા માંગો છો તેનો ખ્યાલ આપે છે.

હવે તમે બીજી વ્યક્તિને તે જ સવાલ પૂછશો, તમે કોણ છો?

પ્રથમ જવાબ તેઓ સ્વાભાવિક રીતે જશે તેઓ શું કરે છે, ઉદાહરણ તરીકે, *હું એન્જિનિયર છું.* બીજો જવાબ એ છે કે જે પણ તેમને ભાવનાત્મક અથવા / અને બૌદ્ધિક ઓળખ આપે છે. તેઓ જાતિ, ધર્મ, રાષ્ટ્રીયતા, માન્યતા પ્રણાલીઓ, વિચારધારાઓ, કારણો વગેરે ટાંકે છે ત્રીજો જવાબ સૌથી મહત્વપૂર્ણ છે. તે ડેટા છે જે તેમની પસંદગીઓ, નિર્ણયો અને ક્રિયાઓ સાથે વ્યવહાર કરે છે, જેના પર તમારે ગંભીર ધ્યાન આપવું આવશ્યક છે. કારકિર્દી તરીકે તેઓ શું કરે છે તે વાંધો નથી. તેઓ જે કહે છે તે માને છે તે વાંધો નથી. તેઓ કેવી રીતે આકર્ષક છે છી. તે તેઓએ જે કર્યું છે અને કરી રહ્યું છે તે તમને બતાવે છે કે તેઓ કોણ છે.

તેથી, તમે જે જુઓ છો તે છે:

- શું તેઓ તેમના ભૂતકાળમાં કરેલા પસંદગીઓ, નિર્ણયો અને ક્રિયાઓ હાલમાં કરે છે અને જીવનમાં તમારા વર્તમાન હેતુની સલામતી અને ટેકોની ખાતરી કરે છે?
- જ્યારે તેઓએ શું કર્યું અને શું કર્યું છે તે જોતી વખતે તમે કયા દાખલાની નોંધ લો છો?
- શું આ દાખલાઓ બેદરકારી, વિનાશકતા, આવેગ અથવા ગંભીરતા, આત્મ-નિયંત્રણ અને સ્થિરતાના પ્રયાસનો અભિગમ સૂચવે છે ?

આ અભિગમ તમારા અગાઉના અનુભવોને નકારી કા withીને સમાપ્ત કરે છે કારણ કે હવે તમે એવા લોકો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરશો નહીં જે તમને તેમના દેખાવ અને લોકપ્રિયતાથી આકર્ષિત કરે છે. તેનાથી .લટું, તમે હવે એવા લોકોને નકારી કા inવામાં, શાંતિથી અથવા અવાજથી વ્યસ્ત છો, જેના નિર્ણય, પસંદગીઓ અને ક્રિયાઓ તમારા માટે અસંગત લાગે છે, અથવા તમને અસંમત લાગે છે. એટલું જ નહીં આ કરે પ્રતિકૂળ સંખ્યા નીચે લાવવા કરીને **ઘણો** , અસર પ્રતિકૂળ હોય લગભગ તમે mattering અટકી જાય છે. તમે હવે સંભાવનાની રમત રમતા નથી. તમે ઇચ્છો છો તે કોઈપણ દ્વારા સ્વીકારવા માટે તમે ભયાનક રીતે તમારા ધ્વજને લહેરાતા નથી. ના, તમે તમારા પોતાના જીવનની પ્રાથમિકતાઓને ટોચ પર મૂકી છે. જો તમને આવી વ્યક્તિ મળે છે પરંતુ તેને અસ્વીકાર સાથે મળવામાં આવે છે, તો રીજેક્શન્સ કે *રિજેક્શન્સ સામાન્ય* છે તે પરિસ્થિતિમાં ખૂબ જ યોગ્ય રીતે લાગુ પડે છે, કારણ કે તમારે ભૂલવું ન જોઈએ, *લોકો વિચિત્ર છે. તેનો તમારી સાથે કોઈ લેવાદેવા નથી.* તમારી પાસે અત્યારે જે છે તે એક માપદંડ છે, જે કોઈ માપદંડ ન હોવા કરતાં વધુ સારું છે, અને કાલ્પનિકનો પીછો કરતા ચોક્કસપણે વધુ સારું છે.

અધ્યાય સાત

તમારા પોતાના મૃત્યુ કેવી રીતે થાય છે

બાજુની નોંધ: તે સંપૂર્ણપણે શક્ય છે કે તમે છેલ્લા પ્રકરણો વાંચવાથી થોડો થાકી ગયા હોવ. પરંતુ અહીં તમારા માટેના સમાચારો, હવેથી પ્રકરણો ખૂબ રસપ્રદ છે. તેથી તમારે તે energyર્જાને બેકઅપ લેવાની જરૂર છે. અમે નવા પાયાના સિદ્ધાંતો જેવા આગળ વધીએ છીએ: વાહિયાતની મંજૂરી, સ્વીકૃતિ અને ખુશી. તે એક રસપ્રદ વાંચન પર જઈ રહ્યું છે. મંજૂરી મેળવવા વિશેની અમારી ચર્ચા માટે આ પ્રકરણ ટૂંકું પરિચય છે.

ચેતવણી

કલ્પના કરો કે તેર વર્ષની નિર્ણાયક રૂપે પરિવર્તનશીલ ઉંમરે, એક રેન્ડમ દિવસે, તમારા પપ્પા, મમ્મી, દાદા, અથવા કોઈ બીજા કે જેના પર તમે વિશ્વાસ કરો છો તે તમને બેઠા છે અને તમને કહ્યું છે કે તેઓ લોકો ઘણું બધું કરવાથી બચવા માટે તમારી સાથે એક મહત્વપૂર્ણ વાત કરવા માગે છે, અને તમે પણ કરવા જઇ રહ્યા છો. ના, તે ધૂમ્રપાન અથવા દવાઓ નથી. તે શું છે તે અહીં છે.

'સાંભળો બાળક, જેમ જેમ તમે પુખ્તવયમાં વૃદ્ધિ પામશો, તમને ઘણાં લોકોને મળવાનું છે જે તમને ખરેખર ગમશે. અને કારણ કે તમે તેમને પસંદ કરો છો, તો તમે ખરેખર તેમના દ્વારા પસંદ થવાનું ઇચ્છશો. જે બરાબર છે. તે લોકો જે તમને મહાન લાગે છે દ્વારા પસંદ કરવા માંગે તે સ્વાભાવિક છે. પરંતુ મંજૂરી નામની એક વસ્તુ છે, જેના વિશે તમે વિચાર્યું નથી. તે એક ખૂબ જ ખતરનાક વસ્તુ છે, અને જો તમે હોશિયાર બનવા માંગતા હો, તો તમારે તેને ક્યારેય ભૂલવું નહીં.

'ક્યારે શરૂ થશે અને તે કેવી રીતે કાર્ય કરશે?

'સારું, તે તમારી જાતને તે સાબિત કરવાની ઇચ્છાથી શરૂ થાય છે કે તમે સક્ષમ છો. પરંતુ તેની સાથે બે સમસ્યાઓ છે. પ્રથમ સમસ્યા એ છે કે તમે એક બાળક છો. એક બાળક તરીકે, તમે કોઈ બાબતમાં સારા છો કે નહીં તેની પુષ્ટિ આપવા માટે તમે સત્તા તરફ ધ્યાન આપશો. એક પરીક્ષાની જેમ, ભલે તમે જાણો છો

ખૂબ સારું કર્યું છે, તમે હજી પણ શિક્ષકની ખાતરી કરો કે તમે તેની ખાતરી કરો. તમે તેને જાતે જાણીને તમને કોઈ સંતોષ નથી મળતો. મૂળભૂત રીતે, તમે હજી સુધી જાતે કેવી રીતે ગ્રેડ બનાવતા તે જાણતા નથી, તેથી તમે સક્ષમ લોકો જુઓ છો તે સત્તા બની જાય છે; તમે તેમના પર વિશ્વાસ કરો છો - અને તમારી જાત પર નહીં - તમને કહેવા માટે કે તમે સક્ષમ અને લાયક છો. તમે તમારી જાતને સક્ષમ છો તે સાબિત કરવા માટે, તમે તેઓને ગમે તે કરવાનું શરૂ કરો. છેવટે, તેમની મંજૂરીનો અર્થ છે કે તમે સક્ષમ છો. તમારો આંતરિક અવાજ ગૌણ બની જાય છે, તેમનો અવાજ બધુ બની જાય છે.

'બીજી સમસ્યા એ છે કે, જો તમે તમારી જાતને પુરવાર કરવા માંગો છો કે તમે સક્ષમ છો, તો તમે હજી સુધી જીવનમાં શું કરવું તે જાણતા નથી. તમે એક બાળક છો, તમે શું ઇચ્છો છો તે વિશે તમે કાણું કા .્યું નથી. તેથી તમે તે જુઓ જેમને તમે વિચારો છો તે અદ્ભુત અને સક્ષમ છે, અને તેઓ જે પણ કરી રહ્યા છે તે સક્ષમ થવા માટે ખૂબ વ્યવહારિક વસ્તુ બની જાય છે.

'અને તે જ રીતે, બાળક, તમે બે વસ્તુઓ કરવાનું શરૂ કરો: પ્રથમ, તમે જે વિચારો છો તે તેમને તમારા જેવા બનાવશે. તે કંઈપણ બને છે જે તેમને ખુશ કરશે. બીજું, કારણ કે આ લોકોને ગમ્યું અથવા આદર આપવામાં આવે છે, તમે જીવનમાં તેઓ જે કંઇક કરી રહ્યા છે તે ચોક્કસ કરવા માંગો છો, મૂળરૂપે તેમની કારકિર્દીની નકલ કરો. ઉદાહરણ તરીકે, એવા બધા બાળકોને લો કે જેઓ ડોકટરો બનવાનું નક્કી કરે છે કારણ કે તેમના માતાપિતા ડોકટરો છે, ફક્ત પછીથી તેમને ખ્યાલ આવે કે તેઓ ખરેખર ડોકટરો બનવા માંગતા નથી.

'આ કાં તો તમારા માટે બહુ સારી રીતે ચાલે છે અથવા ખૂબ જ ખરાબ રીતે, કોઈપણ રીતે, તમે બુદ્ધિશાળી નહીં બની શકશો - કદાચ સ્માર્ટ, ચતુર પણ બુદ્ધિશાળી નહીં - કારણ કે તે અનુયાયાનો માર્ગ છે, એક મફત વ્યક્તિ નથી. શું તમે બુદ્ધિશાળી બનવા માંગો છો? પછી હંમેશાં યાદ રાખો કે,

જ્યારે પણ તમે કોઈને પસંદ કરો છો, ત્યાં એક વસ્તુ છે જેને "મંજૂરી" કહેવામાં આવે છે, અને તે તમારામાંના વ્યક્તિને નષ્ટ કરી શકે છે. '

સ્વાભાવિકતાની મર્ડર

ચાલો એક ઉદાહરણ લઈએ: છેલ્લી વારનો વિચાર કરો જ્યારે તમે કંઇક કરવાથી આત્મ-સંતોષની sense ંડી ભાવના અનુભવી હતી. પરંતુ એકવાર તે સંબંધિત અધિકારી - શિક્ષક, બોસ, માર્ગદર્શક - સમક્ષ રજૂ કરવામાં આવ્યું , તેઓ ખૂબ પ્રભાવિત થયા નહીં. હકીકતમાં, તેઓએ વિચાર્યું કે તે સામાન્ય છે. અથવા તેઓએ તમારી રચનામાં કોઈ ખાસ આનંદ અને ઉત્તેજના બતાવી નથી. અને તે કામ, તમારા માટે, તરત જ સંદિગ્ધ બની ગયું. તે તમારા હૃદયને સહેજ તોડ્યું, અને જે તમને એક વખત ગર્વ આપે છે તે કંઈક બન્યું જે તમને નિષ્ફળતાની યાદ અપાવશે.

જ્યારે આવા અનુભવો થાય છે, ત્યારે તમારા દ્વારા નીચેના ફેરફારો કરવામાં આવે છે:

- તમે હવે આત્મ સંતોષની ભાવના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત નહીં કરવાનું નક્કી કરો છો .

  જો તમે પ્રભાવિત કરવા માંગતા હો તે દ્વારા મંજૂરી આપવામાં ન આવે તો ત્યાં સંતોષ હોઈ શકતો નથી. સંતોષ હવે તેમની મંજૂરી **પછી** આવે છે . સ્વ જે કહે છે તેનાથી હવે કોઈ ફરક પડતો નથી. ફક્ત **તેઓ જે** કહે છે તે મહત્વનું છે.
- તમારે પોતાને ઉપર નિર્ભર કરવાનું બંધ કરો અને તમને શું કરવું જોઈએ, તે કેવી રીતે કરવું, અને તમારા માટે શ્રેષ્ઠ શું છે તે કહેવા માટે 'જે લોકો વધુ સારી રીતે જાણે છે' તેના પર સંપૂર્ણ આધાર રાખે છે. જ્યાં સુધી તેઓ દ્વારા મંજૂરી આપવામાં ન આવે ત્યાં સુધી તમારા મૂળ વિચારોમાં કોઈ ફરક નથી પડતો.
- તમારા 'સ્વ' નો વિકાસ થતો નથી. તેને અવગણવામાં આવી રહ્યું છે અને એક અવિશ્વસનીય એન્ટિટી તરીકે ગણવામાં આવે છે. જે સંપૂર્ણ રીતે વિકસિત થઈ રહ્યું છે તે એક એવી ઓળખ છે જે તમને લાગે છે કે તમે પ્રભાવિત કરવા માંગતા હો તે દ્વારા ગમશે.
- તમે તે દિશામાં કામ કરવાનું શરૂ કરો કે જે તમને ખુશ કરશે અને જેની તેઓ મંજૂરી આપે છે તેના બદલે **તમને** શું સંતોષ થશે.

પરિણામ એ છે કે, એક સમયગાળા પછી, તમે તમારા 'સ્વ' થી સંપૂર્ણ છૂટાછેડા બની જાઓ છો. તમે તમારા સ્વમાંથી જે સાંભળો છો તે તમે શું કરવા માંગતા હો તે અંગેની વ્હાલસો છે. તે સૂત્રોચ્ચાર છે કારણ કે તમારા સ્વનો અવાજ ખૂબ જ લાંબા સમયથી એટલા મજબૂત રીતે દબાવવામાં આવ્યો છે. વ્હિસ્પર કરેલા વિચારોની કોઈ વિશ્વસનીયતા નથી કારણ કે તે ક્યારેય વિશ્વાસ કરી શક્યા નથી અથવા લાગુ થયા નથી. ટૂંકમાં, તમારા જીવનના ખૂબ જ લાંબા સમય સુધી, તમે મૂંઝવણમાં નથી, અસ્પષ્ટ અને હંમેશા માર્ગદર્શનની શોધમાં છો - કાં તો તમે નકલ કરી શકો છો તેવા ઉદાહરણો માટે, અથવા કોઈક તમારી આંગળી પકડીને તમારી સાથે ચાલશે.

તમે અહીં 'સ્વ' શબ્દની નોંધ લઈ રહ્યા છો. 'સ્વ' એ તમારામાંની વ્યક્તિગત છે. તે તે વ્યક્તિ છે જેને તમે સ્વીકારવા માંગતા નથી અને કોઈ અલગ વ્યક્તિ બનવા માટે ભાગી છૂટતા નથી. તે છે જે તમે ખરેખર છો. તે તે છે જે તમે વધુ સારા, સશક્તિકરણ અને વિકાસ માટેના છો. અને તમે તમારા 'સ્વ' સાથે સંપર્કમાં ન હોવાથી, અમારો પ્રથમ ઉદ્દેશ તમને તેની સાથે એક કરવાનો છે. પછી અમે પરોપજીવી વિચારો અને વ્યવહારને નાબૂદ કરીશું, જેમ કે સતત મંજૂરી અને સ્વીકૃતિ મેળવવા માટે, જે તમારી વ્યક્તિગતતાને નષ્ટ કરે છે. એક પછી એક, આપણે દરેક વસ્તુ સાથે વ્યવહાર કરીશું. ચાલો હવેથી ખુશીથી શરૂઆત કરીએ.

[પ્રકરણ આઠ]

ખુશ થવું

ખુશી એ તમારું ઉદ્દેશ્ય છે

સામાન્ય રીતે, જીવનમાં, તમારે જે જોઈએ છે તે સુખ છે. તમારી મોટાભાગની ક્રિયાઓ, પસંદગીઓ અને સંબંધોની પાછળ માંગ એ ખુશી છે. જે તમે સમજી શક્યા નથી તે સુખ એ **સંતોષ** સમાન નથી . જો તમને સરળ રીતે પૂછવામાં આવ્યું કે, 'શું તમે તમારા જીવનથી સંતુષ્ટ થશો?', તો તમારું મન ક્યાંય સુખી રહે છે તેના કરતાં ક્યાંય અથવા ક્યાંય deepંડા જવાબની શોધ કરશે. *મને આનંદ થશે, પણ મને ખબર નથી કે હું સંતુષ્ટ છું કે નહીં.* તે એક એવો સવાલ છે જે લોકોને ખરેખર એક ક્ષણ માટે વિરામ કરે છે અને વિચારે છે: *હમ્મ, ખરેખર મારી જાતને ક્યારેય એવું પૂછ્યું નહીં.*

તો, શું તમને ખુશ કરે છે?

તમને જે ખુશ કરે છે તેના સામાન્ય જવાબ, *મારા માતાપિતાને ખુશ કરવા, લોકો સાથે સરસ બનવું, પાર્ટી કરવી, નીંદણ ધૂમ્રપાન કરવું, ટેલિવિઝનનાં શ્રેષ્ઠ કાર્યક્રમો અને મૂવીઝ જોવી જે મને વિચારશે, મારા મિત્રો સાથે સમય વિતાવશે, ખરીદી કરશે, સંભોગ કરશે, કામ કરશે. , મારા પ્રિય સામગ્રી નિર્માતાઓને જોવાનું અને જીવનમાં સારું પ્રદર્શન.* હવે, તમારી જાતને પૂછો, તેમાંથી કોઈ તમને સંતોષ આપે છે? આ વિશે વિચારવું તમારા માટે મુશ્કેલ અને પડકારજનક હોઈ શકે છે, કારણ કે, પ્રમાણિકપણે, તમે ખરેખર આત્મ-સંતોષ વિશે ક્યારેય વિચાર્યું નથી. જ્યારે તમારા ધ્યાનમાં કંઇક ન હોય, ત્યારે તમે સ્પષ્ટપણે તેની નોંધ લેતા નથી અથવા તેના પર ધ્યાન આપતા નથી. તેથી તમે આત્મ-સંતોષ વિશે વિચારતા નથી કારણ કે તમારું બધું ધ્યાન સુખ પર કેન્દ્રિત છે. અને જ્યારે તમારી પસંદગીઓ અને નિર્ણયો પાછળ સુખ ઉદ્દેશ્ય હોય છે, ત્યારે તમારું મન ફક્ત સુખના આધારે જ તમે કરવા માંગતા હો તે વસ્તુઓનું મૂલ્યાંકન કરે છે. *શું આ મને ખુશ કરશે?*

સ્વ-સંતોષ શું છે ?

જીવનમાં તમારો મોટો સંઘર્ષ સુખી થવાનો છે; તે સંતોષ નથી. હવે, સ્વ

સંતોષ એનો અર્થ એ નથી કે તમે ખુશ થશો નહીં, અથવા એનો અર્થ એ નથી કે તમે બધા વાહનોમાં ખુશ રહેશો. તે જે પ્રદાન કરે છે તે કંઈક સારું છે - મનની સ્થિતિને શાંતિ કહેવાય છે. તમે તમારી જાતને શાંતિ આપી શકશો. અને આ તે પણ છે જ્યાં સમસ્યા આવે છે: તમારી જાત સાથે શાંતિ રાખવા માટે, તમારે પહેલા તમારા 'સ્વ' ને જાણવું પડશે. તો, તમે તમારા સ્વને કેટલું જાણો છો? ઘણા બધા કેસોનો જવાબ, વાહિયાત છે, કારણ કે આપણા યુવાનીમાં આપણે મિસ્ટર સેવેજ અને શ્રીમતી દોષરહિત બનવાની પ્રેક્ટિસમાં વ્યસ્ત છીએ. અને આપણો 'સ્વ' એ ચોક્કસપણે તે વસ્તુઓ નથી; તે મૂંઝવણમાં છે, સંવેદનશીલ અને ભાવનાત્મક રૂપે અસ્થિર છે. તેથી, અમે તેને અવગણીએ છીએ. તમે જે ખ્યાલ નથી લેતા તે છે: તમે કંઈક ન બની શકો જે તમે નથી. શ્રેષ્ઠ, તમે જે બનવા જઇ રહ્યા છો તે એક નકલ, અનુકરણ અને નબળી પેરોડી છે. પરંતુ તમારી પાસે જે છે તે તમે કોણ છો તે શોધવાની શક્તિ છે, અને જે તમે નબળા છો તે ઠીક કરો અને વિકાસ કરો.

1. આત્મવિશ્વાસ

જેટલું તમે તમારા સ્વને જાણો છો, તે 'સ્વ' પ્રત્યેની તમારી માન્યતા જેટલી મજબૂત બને છે. હા, સ્વનું જ્ ofાન આત્મવિશ્વાસ ઉત્પન્ન કરે છે ; કોણ જાણતું હતું, ખરું? તે થાય છે કારણ કે, વધુ અને વધુ જ્ knowledgeાન સાથે, તમે વધુ સારી આકારણી કરી શકશો.

જ્યારે તમે તમારા સ્વ વિશે કંઇ જાણતા નથી ત્યારે શું થાય છે? તમે કાં તો આત્મ-શંકાથી ભરેલા છો અથવા ખરાબ મૂલ્યાંકનો કરો છો. ખરાબ આકારણીનું ઉદાહરણ વધુ આત્મવિશ્વાસ છે. વધુ પડતા આત્મવિશ્વાસ કરનાર વ્યક્તિ તે છે જેણે તેમની પોતાની ક્ષમતાઓ વિશેની માહિતીનું ખરાબ મૂલ્યાંકન કર્યું છે.

તે આ જેટલું સરળ છે: તમે જેની જાણતા નથી તેનાથી તમે અનિશ્ચિત અને ડરતા હો; તમે જાણો છો તે બાબતોથી તમે આત્મવિશ્વાસ અને આરામદાયક છો. તમે આત્મવિશ્વાસનો અનુભવ કરો છો કારણ કે તમે કોણ છો તે જાણવામાં આવે છે.

2. તમારા સ્વ શું ઇચ્છે છે?

સ્વ જ્ ofાન સાથે સ્વ **શું ઇચ્છે છે** તેની સ્પષ્ટતા આવે છે . તમે જે ઇચ્છો છો તેનાથી આ ખૂબ જ અલગ છે. તમે તમારી જાતે હજારો વસ્તુઓ કહી શકો છો. સ્વ શું ઇચ્છે છે તે ફક્ત તે ઇચ્છિત વિશિષ્ટ ઇચ્છાઓને જાણીને આવે છે જે આત્મને સમજ આપે છે.

3. તમે શું નથી માંગતા!

તદુપરાંત, સ્વનું જ્ાન **તમને ન જોઈએ તેવું** જ્ produces ાન ઉત્પન્ન કરે છે **,** જે સ્વ શું ઇચ્છે છે તેના કરતાં વધુ મહત્વનું છે.

તમારા જીવનમાં ઘણી વાર, જો તમને ખરેખર કરવું હોય તો તમને કોઈ ખ્યાલ નથી

કંઇક, પરંતુ તમે તેને આસપાસના લોકોના આવેગ અથવા દબાણથી કરી શકો છો. ખરાબ ટેવો આ રીતે પ્રારંભ કરે છે. ઘણા ખરાબ અનુભવો આ રીતે થાય છે. તમારા મગજની તાર્કિક બાજુ જાણે છે કે તે ખોટું છે, પરંતુ અતિશય વર્ણન અથવા મંજૂરીની આવશ્યકતા લે છે. તમે શું નથી ઇચ્છતા તેનું જ્ledgeાન, જે તમારા 'સ્વ' માટે ખરેખર મહત્વ ધરાવે છે તેના રિમાઇન્ડર તરીકે કાર્ય કરે છે. મૂંઝવણની ક્ષણોમાં, તે તમને ભાવનાત્મક મોહના જાદુમાંથી બહાર કા helpsવામાં મદદ કરે છે અને તમને તાર્કિક રીતે વિચાર કરવા માટે બનાવે છે. જ્યારે શક્તિ આપવામાં આવે છે, ત્યારે તે એક સાધન બની શકે છે જે કોઈપણ વસ્તુને દૂર કરે છે જે 'સ્વ' ને નુકસાન પહોંચાડે છે. ઉદાહરણ તરીકે, ડેટિંગમાં, જ્યારે તમે નિશ્ચિત રૂપે જાણો છો કે તમે શું ઇચ્છતા નથી, તો તમે લાલ ધ્વજની પ્રથમ દૃષ્ટિએ સરળતાથી ભાગવામાં સમર્થ હશો.

તેથી, તમારા 'સ્વ' શું નથી ઇચ્છતા તે સારી રીતે જાણવાથી તમારી નિર્ણય લેવાની ક્ષમતામાં સુધારો થાય છે. આ એક **વ્યક્તિ** તરીકે તમારા વિશેનો તમારો દૃષ્ટિકોણ સક્ષમ કરે છે , અને તે લોકોની દૃષ્ટિએ તમારી ઓળખને વિશિષ્ટતા પણ આપે છે.

What. તમારા સ્વયંને શું સુખી કરે છે?

આખરે, સ્વનું જ્ knowledgeાન **'સ્વયંને' સુખી કેમ કરે છે તેની** રૂપરેખા અને સમજ પણ પ્રદાન કરે છે . તમે જે વિચારો છો તેનાથી આ કેવી રીતે અલગ છે તમે હમણાં ખુશ છો? સારું, એવી ઘણી બધી બાબતો છે જે તમને સામાન્ય રીતે ખુશ કરે છે - ચાલો આ પ્રવૃત્તિઓને સામાન્ય સુખ કહીએ. સામાન્ય ખુશીની સમસ્યા એ છે કે, આ એવી વસ્તુઓ છે જેનો આ વિશ્વનો લગભગ દરેક વ્યક્તિ આનંદ કરે છે. આ પ્રવૃત્તિઓ અને વસ્તુઓ લોકોને ખુશ કરવા માટે બનાવવામાં આવી છે. વસ્તુઓ જે તમને સામાન્ય રીતે ખુશ કરે છે, અને જે વસ્તુઓ તમે ખાસ માણી શકો છો તે બે જુદા જુદા અનુભવો છે.

એવી ઘણી વસ્તુઓ છે જે તમે મનોરંજન માટે કરી શકો છો જેનો તમે ખરેખર આનંદ નથી માણી. તમે ક્યારેય તે લાગણી સાંભળવાની કાળજી લીધી નહીં. તમે કાં તેમ તેમ કરી રહ્યાં છો કારણ કે આ વિશ્વના અન્ય લોકો તેમને કરી રહ્યાં છે, અથવા કારણ કે તમને ગમતું લોકો તેમને કરી રહ્યાં છે — તેઓ લોકપ્રિય છે અથવા તમારા મિત્રો જે કરી રહ્યાં છે તે છે. સત્ય એ છે કે, તમે ખરેખર પોતાને પ્રામાણિકપણે પૂછ્યું નથી જો તમે ખરેખર આનો આનંદ માણો છો. તમે ખરેખર શું માણી રહ્યા છો તે જાણવું એ સ્વયંને ખુશ કરે છે તે જાણવાનો એક ભાગ છે. બીજો ભાગ એ જાણી રહ્યો છે કે તમને શું લાંબા સમયથી સુખ આપશે. અને તેનો આનંદ માણવા

સાથે બહુ ઓછો છે અને જીવનમાં સ્થિરતા અને બંધારણ સાથે કરવાનું વધુ છે, આમ લાંબા ગાળે શાંતિ creatingભી થાય છે.

તેથી, વળતર તરીકે, તમને જે ખુશ કરે છે તે એક, સામાન્ય રીતે લોકોને ખુશ કરવા માટે જાણીતી એવા કામો કરવાથી, અને બે, ભવિષ્યમાં તમને ખુશ કરવા માટે સૈદ્ધાંતિક વિચારો અને કલ્પનાઓ રાખવી.

શું તમારા સ્વયંને ખુશ કરે છે તે **સ્પષ્ટપણે** જાણવાનું છે કે કઈ પ્રવૃત્તિઓ તમને આનંદ આપે છે, અને તમને લાંબા ગાળે સંતોષ શું આપે છે.

આપણે કેમ થાય છે પછી ખુશમિજાજને ગમે છે?

પ્રામાણિક જવાબ છે કારણ કે તે સારું લાગે છે. અને તેથી જ આપણે બધા સમય ખુશ, હળવા, શાંત, આરામદાયક અને ખુશખુશાલ રહેવા પાછળ deepંડા, આધ્યાત્મિક અને રહસ્યવાદી રહસ્યો શોધવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યા છીએ. અમે મૂર્ખ વ્યક્તિને વાહિયાત છીએ, તે જ આપણે છીએ.

સત્ય એ છે કે, જીવન સુખની આસપાસ ફરતું નથી. જીવન એ ઘણી બધી ચીજો છે જેનો આનંદ સાથે કંઈ લેવાદેવા નથી. પરંતુ અમને લાગે છે કે તે થાય છે, કારણ કે ખુશીને મહાન લાગે છે. તે ફક્ત શ્રેષ્ઠ છે. તેથી, જે તમને આનંદિત કરે છે, જે તમને સારું લાગે છે, તે જ તમે ઇચ્છો છો. અને જે તમને સુખી કરવાનું બંધ કરતું નથી અને અટકે છે તે છે જેની તમારે હવે કાળજી લેતા નથી. આપણે સુખ-જાકી છે. લોકોએ લાંબા, સ્થિર સંબંધો છોડી દીધા છે અથવા તેમના ભાગીદારો સાથે છેતરપિંડી કરી છે કારણ કે તેઓ કોઈ નવી વ્યક્તિને મળ્યા છે જે તેમને ઉત્સાહિત કરે છે - આટલું જ સુખી-જંકી લોકો હોઈ શકે છે.

સારી લાગણીને વધુ પ્રતિક્રિયા આપવાની સમસ્યા એ છે કે તમે એવી વ્યક્તિ બની શકો છો જે ફક્ત વિચારવાને બદલે લાગણી પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે. અને વિચારવું એ એકમાત્ર વસ્તુ છે જે તમને ખાતરી કરશે કે તમે તમારા જીવનને વહાણમાં ન લો. આદર્શરીતે, એક બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિ તે હશે જે લાગણી-આધારિત કરતાં વધુ વિચારધારા આધારિત હોય.

અનુભૂતિ આધારિત અવાજો કંઇક આના જેવા છે: *આ મને સારું લાગે છે, તેથી આ સારું છે. મને એ જોઇએ છે.* વિચારસરણી આધારિત અવાજો જેવા *: ફક્ત કોઈક વસ્તુ મને સારું લાગે તેવું અર્થ એ નથી કે તે સારું છે. હું ખરેખર તે ઇચ્છું છું તે વિશે હું વિચાર કરીશ.*

એક લાગણી આધારિત વ્યક્તિ મનમોજી છે, ઉત્તેજક, એક વિચારશીલ પ્રક્રિયા અભાવ ધ્યાનમાં ભવિષ્યમાં લેતું નથી, અને તેથી સરળતાથી જેઓ તેમને સરસ લાગણીઓ બનાવી શકો છો તેમના પોતાના લાગણીઓ દ્વારા હરાવ્યો અને સરળતાથી ચાલાકીથી છે.

એક વિચારસરણી આધારિત વ્યક્તિ જે સ્થિરતા, ભવિષ્યમાં, હાથ પર માહિતી, અને હકીકત લાગણીઓ તમામ અશ્લીલ સમય બદલી કે ગણવામાં આવે છે. લાગણીઓ વાહિયાત તરીકે અવિશ્વસનીય છે.

આપણા વ્યક્તિગત વિકાસનો મુદ્દો એક લાગણી આધારિત વ્યક્તિથી વિચારસરણી આધારિત વ્યક્તિ તરફ જવાનો છે . એક બાળક તરીકે, આપણે આત્મ વિશે અસ્પષ્ટ છીએ, અને લગભગ સંપૂર્ણ રીતે અનુભૂતિ-આધારિત છીએ. તેથી, તે સમયે, તમારી ઇચ્છાઓ 'સ્વ' ને ધ્યાનમાં રાખીને નક્કી કરવામાં આવી ન હતી. તે સરળ હતું. જે કંઈપણ તમને સારું લાગ્યું તે તમારી ઇચ્છાઓ બની ગયું — જે તમે આનંદ માણો છો, તે તે જ છે જે તમે બધા સમય કરવા માંગતા હતા. સારું, તે સમયે જીવન સરળ હતું, અને તમે મૂર્ખ વાહિયાત હતા.

તેથી, કુદરતી રીતે, પુખ્ત વયના તરીકે, તે ન હોવું જોઈએ, ખરું? તમે છો

માનવામાં આવે છે કે હવે તે વિચારશીલ વ્યક્તિ બની ગઈ છે; સારું, તમારી પાસે? શું તમે ઇચ્છો છો કે જ્યારે તમે બાળપણમાં હોવ ત્યારે તેઓ જે કરતા હતા તેનાથી બદલાઇ ગયા છે

- હંમેશાં ખુશ રહો? બીજા લોકોનું શું? શું તેમાંના મોટાભાગના લોકો ખુશ હોવાના જવાબો તરીકે, જે પણ સારું અને ઉત્સાહિત લાગે છે તેનો પીછો કરે છે?

આપણામાંના મોટા ભાગના અનુભૂતિ આધારિત સુખના નશામાં રહેવાના બે કારણો :

- અમને કોઈ આ કહેતું નથી: જીવન એ ઘણી બધી બાબતો છે જેનો આનંદ સાથે કંઈ લેવાદેવા નથી, **પરંતુ** જો તમે તે યોગ્ય રીતે કરો છો, તો પરિણામ સુખી થવાનું છે. ટૂંકમાં, સુખ એ જીવનનું બરાબર ઉત્પાદન છે જે બરાબર કરવામાં આવ્યું છે. અને હું આશા રાખું છું કે આ આશ્ચર્યજનક નહીં બને, પરંતુ યોગ્ય રીતે કરવા માટે વિચારવું જરૂરી છે, તેમાંથી ઘણું બધું.

સારું લાગે પછી તમે જેટલો વધુ પીછો કરો છો, એટલી જ તમારી ગર્દભ જીવનથી લાત મારશે, કારણ કે આમ કરવાથી, તમારે તે બધી મહત્વપૂર્ણ બાબતોની અવગણના કરવી જોઈએ જે તમારે કરવાની જરૂર છે.

તમે વિચાર પર વધુ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરશો, લાગણીઓ નહીં, પણ લાંબા ગાળાના, સ્થિર પરિણામો ધ્યાનમાં રાખીને તમે જે નિર્ણય લેશો તેટલું સારું .

- ક્ષણમાં ખુશ રહેવાની ઇચ્છા **અસ્થાયી રૂપે કાર્ય કરે છે.** તમે જે પછી ચલાવી રહ્યા છો તે ક્ષણિક સુખ છે. તેથી, જ્યારે પણ તમે તમારી યુવા વર્ષ અને વીસના વર્ષોમાં આનંદ માણો છો ત્યારે તમે આનંદના ટૂંકા વિસ્ફોટોનો અનુભવ કરો છો. ક્ષણિક અને લાંબા ગાળાના સુખ વચ્ચેનો તફાવત સમજવાની ફરજ પાડવામાં આવે ત્યાં સુધી તે તદ્દન સારી રીતે કાર્ય કરે છે . તે ક્ષણિક આનંદને લાંબા સમય સુધી ચાલવાનો પ્રયાસ અને ખેંચવાનો **વર્ષોના** નિષ્ફળ પ્રયાસો પછી અનુભૂતિ થાય છે . આ તમારી ત્રીસીના દાયકામાં ખૂબ સારી રીતે હોઈ શકે. શું તમે જાણો છો આનો અર્થ શું છે? તે, એક પુખ્ત વયે પણ તમે ખુશીની વ્યાખ્યા અને તમે ખુશ થાવ છો તેની સૂચિ પછી પીછો કરવાનું ચાલુ રાખો છો જ્યારે તમે કોઈ રમૂજી બાળક હતા ત્યારે સાથે આવ્યા હતા. કેમ? કારણ કે તે બાળકને ખુશ કરે છે, તમને લાગે છે કે તે પુખ્ત વયના લોકો સાથે પણ કામ કરવાનું ચાલુ રાખશે. ઠીક છે, આ બતાવવાનું ચાલે છે કે મોટાભાગના લોકો ફક્ત એવા બાળકો છે કે જેમણે વૃદ્ધાવસ્થા લીધી હોય.

તમે અને તેનાથી વધુ આનંદ કેવી રીતે થાય છે!

ચાલો હવે આપણે અનન્ય રીતો શોધીએ કે જેમાં બાલિશ ખુશ રહેવા માંગે છે, લોકોની પુખ્ત વયના જીવન દરમિયાન તેઓને વાહિયાત બનાવતા રહે છે.

શું તમે લોકોને આ કહેતા સાંભળ્યા છે:

મારા જીવન ખૂબ સારા હોવા છતાં હું કેમ ખુશ નથી?

તે એટલા માટે છે કે 'તમે શું ખુશ કરો છો તેની સૂચિ' જ્યારે તમે ચાવી વગરનું, મૂંઝવણભર્યા બાળક હતા ત્યારે પાછા નિર્ણય લેવામાં આવ્યો. અને તમે તે સૂચિ સાથે અટકી ગયા કારણ કે તે તમને કાલ્પનિક લોકો દ્વારા સ્વીકારવામાં આવવાથી અને કાલ્પનિક અનુભવો, અને આ કાલ્પનિક લોકોની મંજૂરી માટે તમારી કારકિર્દીના કેટલાક લક્ષ્યો હાંસલ કરવાથી ક્ષણિક આનંદ આપે છે. પરંતુ સ્વયં પર ધ્યાન સતત નિષ્ક્રિય રહ્યું છે. તેથી, પરિણામ હવે છે: ક્ષણમાં કેવી રીતે ખુશ રહેવું તે તમે જાણો છો, પરંતુ તમે સંતુષ્ટ નથી કારણ કે તમારા 'સ્વ' સાથે તમારો ખૂબ જ દૂરનો સંબંધ છે. તમે હજી પણ એટલા અસ્પષ્ટ છો કે તમે કોણ છો અને જે તમારા 'સ્વ' ને ખુશ કરે છે કેમ કે તમે પંદર વર્ષ પહેલા પતંગફાટ કરતા હતા.

એક બાજુની નોંધ તરીકે, હવે તમે જાણો છો કે જ્યારે તત્વજ્ *hers*ાનીઓએ *જાતે જાણો* , કહ્યું , તે એવી કોઈ સરળ વસ્તુ નહોતી કે જેના વિશે તમારે વધારે વિચારવાની જરૂર ન હતી, તેનો અર્થ છે તમારી જીવન જીવન.

2. હું જાણું છું કે મારે તેમની સાથે ન રહેવું જોઈએ, તેમ છતાં હું તેમને પ્રેમ કરવાનું બંધ કરી શકતો નથી. હું તેમનો પીછો કરવાનું રોકી શકતો નથી. હું તે વ્યક્તિથી આગળ વધી શકતો નથી.

તમે નહીં કરી શકો કારણ કે તમારામાંના એક ભાગને ખરા અર્થમાં ખાતરી છે કે તમારા અસ્તિત્વ સાથેનું તેમનું જોડાણ તમને અંતિમ સુખ આપે છે. એકવાર તેમની સાથે અનુભવેલી ખુશીને કારણે તમે તે અનુભવો છો, જે તમારા મન પ્રમાણે 'અત્યાર સુધીની શ્રેષ્ઠ લાગણી' છે. અને કારણ કે જીવનમાં તમારું ધ્યેય સુખી રહેવાનું છે, અને તમે હાલમાં તેમની સાથે જે અનુભવો છો તેના કરતાં વધુ કોઈ અન્ય સુખ વિશે તમે જાણતા નથી, તેમ છતાં, તેમની હાજરી હાલમાં તમને પીડા સાથે નિર્દય બનાવે છે, તેમ છતાં તમે તેમના પર કળશ છો. જો તમે તેમને ચૂકી જાઓ છો, તો તેનું કારણ છે કે તેઓએ તમને એકવાર ખુશ કર્યા છે. તમે તે ખાસ સુખ ગુમાવશો, ખરેખર નહીં. જ્યારે પણ તમે તેને કોઈ અન્ય વ્યક્તિ સાથે મળશો ત્યારે તમે તેમના અસ્તિત્વને અવગણશો. તે એટલા માટે કે તમે સુખ-જંકિની છો, તે તમારા માટે આત્મ-સન્માન, માનસિક સ્વાસ્થ્ય અને તમારા જીવનમાં એકંદર શાંતિ કરતાં ખુશીનો અનુભવ છે . તેથી તમે કહો, *તેને વાહિયાત કરો* , અને તે હિટ પછી ચાલુ રાખો.

I. હું જાણું છું કે મારે સખત મહેનત કરવી જોઈએ, પરંતુ હું આરામ અને નકામું હોવાને કારણે મારા ફોન પર બુલશીટ વસ્તુઓ કરવામાં મારો દિવસ બગાડે છે. અને તેના કારણે હું દિલગીર છું.

તમે કામ કરતા નથી, કારણ કે કામ કરવાને બદલે તમે જે પણ કરો છો તે તમને ખુશ કરે છે. તે તેટલું સરળ છે. તમે આળસુ હોવાનો અર્થ એ નથી કે તે ક્ષણોમાં તમે મરી ગયા છો. તમે હજી પણ ઉત્તમ લાગણી તરફ કામ કરી રહ્યા છો, તદ્દન સક્રિય રીતે,

કેટલાક ક comeમેડી, ડ્રામા, કમેન્ટરી, સમાચાર, પ્રાણી બચાવ વિડિઓઝ અથવા તમે જે જુઓ તે જોઈને. તમે ઘણું કામ કરો છો - સિવાય કે તે માહિતી એકત્રિત કરવાની દિશામાં છે જે તમારા વાસ્તવિક કાર્ય માટે કોઈ ઉપયોગી નથી. તેથી, તમારી નારાજગીનો અવાજ ઉઠાવવાનો સાચો રસ્તો છે, *હું અનુત્પાદક હતો, નહીં, મેં કાંઈ કર્યું નહીં,* કારણ કે તમે પુષ્કળ વસ્તુઓ કરી હતી, તે બધા ઉત્પાદકતાની દ્રષ્ટિએ સંપૂર્ણ છી હતા. જે બાબતો તમારા જીવનમાં સુધારણા લાવે છે તે તમને ખુશ કરવા વિશે નથી, તે સખત મહેનત વિશે છે. અને તમે સભાનપણે તમારા જીવનની સુધારણા પર ક્ષણિક સુખની પસંદગી કરો છો કારણ કે તમે ખુશ રહેવાના વ્યસની છો. ટૂંકમાં, *લાંબા ગાળે જીવનને વાહિયાત કરો જેથી હું આ ક્ષણમાં ખુશ રહી* શકું , તમે જે કરો છો તે જ છે.

I. હું લોકોને 'ના' ના કહી શકું. આને કારણે, લોકો ઘણીવાર મારી ઇચ્છાઓ અને લાગણીઓ પર પોતાને લાદે છે અને મારી વિશિષ્ટતાનો લાભ લે છે.

તમે 'ના' ના કહી શકો કારણ કે તમે લોકોને નાખુશ કરવાનું પોષતા નથી. જો તે તમારાથી નાખુશ છે, તો તમે નાખુશ છો, અને તમે ખુશ થવા માંગો છો. તમે અન્ય લોકોને કહી શકો છો: *હું નાખુશ થઈ ગયો કારણ કે મારે જે કરવાનું હતું તે કરવાનું મને મળ્યું નથી* , પરંતુ વાસ્તવિક વાર્તા ત્યાં અટકતી નથી. તમે તેમને શું નથી કહો છો તે એ છે કે તમે અન્યોને તમારી સાથે ખુશ જોવાનો ક્ષણ દુ: ખી થઈ જાય છે, તે હકીકત હોવા છતાં પણ તમને જે જોઈએ છે તે કરવા માટે તમને હજી સુધી મળ્યું નથી. લોકો તમારી સાથે ખુશ છે તે તમને ખૂબ આનંદ આપે છે કે જો તમે તમારા માટે stoodભા થાઓ અને 'ના' ના હો, તો તમને જે લાગે છે તેના કરતાં તે ખૂબ મોટો પુરસ્કાર લાગે છે. ટૂંકમાં, કારણ કે સુખ તમારી પ્રાથમિકતા છે, આત્મગૌરવ અવગણવામાં આવે છે. અને તેથી જ, તમે લોકોને ફરિયાદ કરો છો કે તે તમને કેટલું નાખુશ કરે છે, તમે તેને પુનરાવર્તિત કરતા રહેશો, ખાસ કરીને એવા લોકો સાથે કે જેને તમે સખ્તાઇથી ખુશ કરવા માંગો છો. અને તમે તે કરી શકો છો કે ઓવરટાઇમ કામ કરીને, આયોજિત કરતા ઓછું સૂવું, તમારી પોતાની યોજનાઓને સંપૂર્ણ રીતે ખલેલ પહોંચાડવી, કારણ કે તે તમને 'તેમને મદદ કરી' હોવાનો આનંદ આપે છે.

5. હું dumbass છું કારણ કે હું કોઈ વિચાર શું હું શું કરવા માંગો છો છે, અને અન્ય લોકો મારા કરતા ઘણી સારી છે, જેથી કરી રહ્યા છે.

તમે નાખુશ છો કારણ કે અન્ય લોકો તમારા કરતા સારુ કાર્ય કરી રહ્યા છે, એવા કિસ્સામાં જો તમે બીજા કરતા સારા કરતા હોવ તો તમે ખુશ થશો. કોઈપણ બિંદુએ, તમારી ખુશી અને દુ: ખનો સ્રોત અન્યની તુલનામાં રહે છે. તમારી જાત સાથે સરખામણી કરવાની ક્રિયાનો આધાર સરળ નિરીક્ષણ સિવાય કંઈ નથી. કંઈપણ અને કોઈપણને જોતાં સરખામણી શરૂ થઈ શકે છે. તે હોઈ શકે છે

તમારી જાતને કોઈ સેલિબ્રેટી સાથે સરખામણી કરતા અસ્પષ્ટ, તમે પહેલી વાર મળ્યા છો તે વ્યક્તિ, અથવા એવી વ્યક્તિ કે જેના વિશે તમે ફક્ત અન્ય લોકો પાસેથી જ સાંભળ્યું હશે. તેમાંથી, તમે નિષ્કર્ષ કા :ો છો: *તેઓ મારા કરતા સારા છે.* તે કેવી મૂંગું છે?

તે ડેટાની તુલના નથી જેટલી તે તેના પ્રત્યેની તમારી દ્રષ્ટિ છે. તે તમે દુ: ખમાં ડૂબ્યા છો કારણ કે તમે **માની લીધું છે કે** તેમની પાસે કંઈક છે જે તમે નથી, અને તે કંઈક તમને **ખુશ** કરશે . આ ધારણાઓ ફક્ત એટલા માટે અસ્તિત્વમાં છે કારણ કે તમને ખબર નથી કે તમારા 'સ્વ' ને શું ખુશ કરશે.

અને કારણ કે તમે તે જાણતા નથી, તમારા ધ્યાનમાંનું સંપૂર્ણ ધ્યાન જવાબોની અંદરની જગ્યાએ જોવાની જગ્યાએ બહારનું છે. તમે ઇચ્છા શું વ્યસ્ત છે **અન્ય** હોય, શીખવાની બનાવે છે **અન્ય** ખુશ છે, જીવનશૈલી નકલ **અન્ય** , coveting તમારી પાસે જે નથી તે છે, અને તમે શું હોય તરફ અવગણો અને ungratefulness ઊંડી સૂઝ વિકાસ પરિણામે.

6. જીવનમાં તે સમયે ખૂબ આનંદ હતો, જીવન મહાન હતું. હું ઈચ્છું છું કે આપણે પાછા જઈએ અને હંમેશની જેમ જીવી શકીએ!

આ બાબત એ છે કે તમે તમારા મૂર્ખ સ્વયંમાં સૌથી ખુશ હતા - જ્યારે તમે યુવાન હતા, ક collegeલેજમાં, શાળામાં, તમારા મિત્રો સાથે. તમે બંધારણ સામે બળવો, પ્રાયોગીઓ (જેમ કે ગેમિંગ), મનોરંજન (મિત્રો સાથે) અને આનંદ (પાર્ટીંગ, ડેટિંગ, આલ્કોહોલ, નીંદણ, આનંદ) ઉત્પન્ન કરતી પ્રવૃત્તિઓમાં સામેલ થવાનો પ્રયોગ કરી રહ્યાં છો. તમને જે ખ્યાલ નથી તે તે છે, તે સમયે, તમે તે પ્રયોગ કરી શકો છો. ત્યાં કોઈ વાસ્તવિક રચના નહોતી. તમે કોઈપણ જવાબદારીઓ, ફરજો અને પરિણામોથી મુક્ત હતા. તમે સલામત વાતાવરણમાં હતા. હવે, તમે નથી. તે પછી જે કામ કર્યું તે હવે ચાલશે નહીં કારણ કે નિયમો, વાતાવરણ અને તમારી ઉંમર બદલાઈ ગઈ છે, પરંતુ તમારી ખુશ રહેવાની ઇચ્છા નથી થઈ. આ મૂંઝવણને સમજાવે છે કે સમાન સુખ શા માટે હવે પહોંચી શકાય તેમ નથી; તેથી, તમે તેના માટે 'વૃદ્ધિ પામતા' ને દોષ આપો છો.

જો 'મોટા થવું' એ સમસ્યા હતી, તો પછી તમે જવાબદારીઓ, ફરજો અને પરિણામો વિનાનું જીવન સૂચવતા હોવ, અને તેને પલાયનવાદ કહેવામાં આવે છે. એક બાળક તરીકે, તમારી વાસ્તવિકતા રચનાત્મકરૂપે તમને શક્ય તેટલું મુક્ત રાખવા માટે બનાવવામાં આવી હતી, તેથી તે કામ કરે છે. **તે** વાસ્તવિકતાની ચાલાકી કરવામાં આવી હતી, વર્તમાન નથી. કોઈ પણ વ્યક્તિને પૂછો કે જેનું જીવન વધતું રહ્યું છે તે દુર્ઘટના, મુશ્કેલીઓ અને સંઘર્ષની સતત લડત હતી જો તેઓ પાછા જવાની ઇચ્છા રાખે તો તમે તફાવત જાણશો. તમારી જવાબદારીઓ, ફરજો અને પરિણામો તમને મુશ્કેલી .ભી કરે છે કારણ કે તમે ચાવી વગરની બાળકની ઇચ્છા ધરાવતા પુખ્ત-વ્યક્તિ છો all દરેક સમયે ખુશ રહેવા માટે.

ઉપરની બધી સમસ્યાઓ ચાર વસ્તુની આસપાસ ફરે છે:

- પોતાને ખુશ બનાવવું.
- તમારી જાતને ખુશ કરવા માટે અન્યને ખુશ કરવું.

- પોતાને દુ sadખી કરવું કારણ કે અન્ય લોકો સંભવત happy ખુશ છે.
- તમારી જાતને ઉદાસી બનાવવી કારણ કે તમે ખુશ રહેશો.

સામાન્ય લિંક, જેમ તમે જોઈ શકો છો, ખુશીની શોધમાં છે. આપણે તેને પ્રાધાન્ય આપતા રહીએ છીએ કારણ કે આપણને ખાતરી છે કે જીવનમાંથી આપણે સુખ જોઈએ છે, અને તે અંતિમ જવાબ છે. આમ કરવાથી, આપણે મોટાભાગની બાબતોને અ -પ્રાથમિકતા આપવાનું વલણ રાખીએ છીએ જેનો આનંદ સાથે કંઈ લેવાદેવા નથી. તે તમારા સ્વાભિમાન, અંત conscienceકરણ, નૈતિકતા, તર્કસંગત વિચારસરણી, સામાન્ય સમજ, તર્ક અને આત્મ-સુધારણા હોઈ શકે છે. મને ખાતરી છે કે, હમણાં જ, તમે અન્ય વસ્તુઓ પસંદ કરો છો કારણ કે તેઓ સમજુ છે. પરંતુ, જીવનમાં, તે શક્ય નથી, જ્યાં સુધી તમને ખાતરી થાય કે સુખ એ અંતિમ લક્ષ્ય છે. તમારે તે વિચારને તમારા મગજમાંથી બહાર કા .વું પડશે. તારે કહેવું છે, *ખુશી વાહ . મારે સુખી થવું નથી, હું જીવનમાં* ***સંતુષ્ટ*** *થવા માંગુ છું . મારે આત્મ સંતોષ જોઈએ છે.*

તમે તે સંક્રમણ કેવી રીતે કરો છો? ચાલો તેના વિશેના પ્રકરણમાં વાત કરીએ.

[પ્રકરણ નેઇન]

[સંતોષ પસંદ કરો, આનંદ નહીં]

તમને વાંધો, આત્મ-સંતોષ એ 'સ્વ' ને શું ખુશ કરશે તેનું ચોક્કસ જ્ containાન ધરાવે છે, પરંતુ તે આખા ચિત્રનો એક જ ભાગ છે.

સ્વ સંતોષ સાથે શરૂ થાય છે **જ્ઞાન** સ્વ. આ પ્રકારની જ્ knowledgeાનવાળી વસ્તુ, જ્યારે તેનો ઉપયોગ કરવામાં આવતો નથી, ત્યારે તે તમારા મગજની સૈદ્ધાંતિક બાજુએ પછીથી ઉપયોગમાં લેવા માટે લ lockedક થઈ જાય છે જ્યારે તમે સ્માર્ટ અવાજ કરવા અથવા સ્માર્ટ સલાહ આપવા માંગતા હો. આત્મજ્ ofાનનું જ્ ,ાન, તેથી, જ્યારે તે વાસ્તવિકતામાં લાગુ પડે ત્યારે **કાર્ય કરે છે** તે નિશ્ચિતતા સાથે જ **પ્રાપ્ત** કરી શકાય છે .

ચાલો એનાલિસીઝથી તમને શું થાય છે

તો, તે તે શું છે જે તમને હાલમાં ખુશ કરે છે?

ઠીક છે, તે તમારા ફોનથી તમારા મિત્રો સુધીના તે વ્યક્તિ સુધી હોઇ શકે છે જેને તમે પસંદ કરો છો. તે ઉત્પાદક છે કે અનુત્પાદક છે તે વાંધો નથી. આપણે દરેક વસ્તુ જોઈ રહ્યા છીએ. તે પુસ્તકો વાંચવા, પોડકાસ્ટ સાંભળવું, દસ્તાવેજીકરણો જોવી અને મિત્રો સાથે સમય બગાડવામાં, ,ંચા થવામાં, અનંત બુલશીટ વિડિઓઝ જોવામાં અને તમે જે કંઈ કરો છો તે માટે લોકોના ચિત્રો દ્વારા સ્ક્રોલ કરી શકે છે.

હું ઈચ્છું છું કે તમે જે કંઇ પણ કરો તે ધારણાથી શરૂ કરો: તમે હાલમાં માનો છો તે બધું તમને સુખી કરે તે વિના તમે બરાબર થાઓ છો.

તમને આશ્ચર્ય થશે: *તે કેવી રીતે સહાયક છે?*

તમને જે જોઈએ છે તે વિશેની બાબત એ છે કે, તેઓ કદાચ તમારા દ્વારા પસંદ કરવામાં આવી નથી. તમારે સમજવું પડશે, *ઘણાં* લોકો અને કંપનીઓને, તમે ગ્રાહક છો, તમે આંકડાકીય ભાગ છો, તમે લક્ષ્ય પ્રેક્ષક છો. તમને દરરોજ નવી ઇચ્છાઓ વેચવામાં આવે છે. તમારું મન યોગ્ય રીતે ખોવાઈ રહ્યું છે જેથી તમે અમુક વસ્તુઓ પસંદ કરો અને પસંદ કરો. તેને અલગ રીતે મૂકવા માટે, તે વસ્તુઓ ચોક્કસ રીતે ડિઝાઇન કરવામાં આવી છે જેથી તમારું મન તેમને ગમશે.

તમે કહી શકો છો: *સારું, ભલે મને કંઈક પસંદ કરવા માટે ચાલાકી કરવામાં આવી હોય, તો પણ હું ગમ્યું. જો હું ન કરું, તો હું તે કરીશ નહીં.*

બહારના વાજબી દલીલ, પરંતુ તેમાં જેનો અભાવ છે તે પસંદગી છે. મેનીપ્યુલેશન તર્કસંગત પસંદગી કરવાની તમારી ક્ષમતા સાથે ગંભીરતાથી વાહિયાત વલણ ધરાવે છે. હેરફેર નબળાઇઓ અને નબળાઈઓ પર ફીડ્સ આપે છે. કંઈપણ કે જે તમારી નબળાઇ અને નિષ્કપટને લક્ષ્યાંકિત કરવા અને તેના ગ્રાહક બનાવવા માટે બનાવવામાં આવી છે, તે અધમ વ્યક્ત કરી રહ્યું છે કારણ કે તે તમારી કોઈ કાળજી લેતી નથી. તે તમારી ઉંમર, પરિપક્વતા અને વ્યક્તિગત વિકાસની કોઈ કાળજી લેતો નથી. તમે એક વપરાશકર્તા છો - તે જ તેની કાળજી લે છે.

આપણી મોટાભાગની ઇચ્છાઓ અહીંથી આવે છે:

- જે પણ સમાજે તમને વિશ્વાસ અપાવ્યો છે તે સરસ છે (કન્ડિશનિંગ).
- તમે જે જુઓ છો અને શીખ્યા છે કે અન્ય ઇચ્છે છે (અન્યને અનુસરે છે).
- તમને જે કંઇ પણ આકર્ષક લાગે છે (તમારું આવેગ છે).

તેથી જ્યારે તમે માનો છો કે, 'હું હાલમાં માનું છું તે બધું કર્યા વિના હું ઠીક થઈશ', ત્યારે તમે ઇચ્છો છો તેના સ્રોત અને કાયદેસરતા પર સવાલ કરો છો. શું તે પણ તમારા દ્વારા પસંદ કરવામાં આવ્યા છે? તે વર્તમાન મુદ્દો છે.

તમારી ઇચ્છાઓ જે પણ છે, ચાલો તેમને બે કેટેગરીમાં વહેંચીએ: પ્રથમ તે ઇચ્છે છે જે લાંબા ગાળાના પરિણામો માટે ફાળો આપે છે ; બીજું તે ઇચ્છે છે જે તમને ક્ષણિક સુખ આપે. ચાલો પ્રથમ કેટેગરીને 'મૂલ્ય' કહીએ, કારણ કે તે તમારા જીવનને મૂલ્ય આપે છે, અને ચાલો બીજાને 'રસ' કહીએ, કારણ કે તે જીવનમાં તમારા વાસ્તવિક હિતો સાથે વ્યવહાર કરે છે.

લાંબા ગાળાની ખુશી

મૂલ્ય અથવા લાંબા ગાળાના પરિણામો હેઠળ , તમારી ઇચ્છાઓને વધુ બે વિભાગમાં વહેંચવામાં આવી છે: સ્થિરતા અને વાવેતર.

સ્થિરતા : આ વસ્તુઓ કરવાથી તમારા ભવિષ્યને એક રચના મળે છે અને તેને વધુ સારી બનાવવાની તક મળે છે. તેઓ તમને તમારા દિવસથી તમારે શું જોઈએ છે, તમે શું નથી ઇચ્છતા, અને તમારે ફક્ત નિયંત્રિત માત્રામાં જ જોઈએ છે તે વિશે જાગૃત કરો. તેમને કરવાથી

તમે આનંદ અનુભવો છો અને તમને જીવનનો હેતુ મળે છે. તેઓ ત્વરિત સુખ આપવાનું વલણ ધરાવતા નથી, પરંતુ તમને શાંતિની નજીક પહોંચવામાં સહાય કરે છે.

ખેતી : આ વસ્તુઓ કરવાથી તમારા મગજમાં વાવેતર થાય છે, ઉદાહરણ તરીકે, પોડકાસ્ટ સાંભળવું જે તમને જ્ knowledgeાન આપે છે અને અલગ

દ્રષ્ટિકોણ, મૂવીઝ અથવા ટીવી શો જોવું જે તમને વિચારો બનાવે છે, અને દૈનિક સંઘર્ષો અને બિનજરૂરી ઇચ્છાઓ સાથે વ્યવહાર કરવા માટેના વધુ સારા રસ્તાઓ શોધવામાં તમારી સહાય કરનારા લોકોને જોવામાં અને સાંભળવું.

તેઓ તમને 'સ્વ' વિશે સંદર્ભ પોઇન્ટ અને સ્પષ્ટતા આપે છે, ફક્ત જોવાનો આનંદ જ નહીં. શું તમે કોઈક સમયે મૂવીઝના વિશિષ્ટ દ્રશ્યો જોશો કારણ કે તે તત્કાળ તમને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે? તમે તે કરો છો કારણ કે તે તમારા સ્વ-ઇચ્છે છે તે સંદર્ભ બિંદુઓ અને રીમાઇન્ડર્સ બની ગયા છે. તેથી, જ્યારે પણ તમે અનિયંત્રિત નથી, તેઓ તરત જ સ્પષ્ટતા લાવવામાં મદદ કરે છે.

તમારી કોઈપણ ઇચ્છા જે સ્થિરતા અને ખેતીની સેવા આપે છે તે જીવનમાં તમે કેવી રીતે વિચારો છો, તમે જે પસંદગીઓ કરો છો અને તમે વસ્તુઓ કેવી રીતે જુઓ છો તેના પર મુખ્ય અસર પડે છે.

તેથી, તમારી બધી ક્રિયાઓ અને પ્રવૃત્તિઓમાંથી જેને તમે તમારી દૈનિક ઇચ્છાઓ કહી શકો છો, કેટલા 'મૂલ્ય' હેઠળ આવે છે? તમારો પહેલો જવાબ આ હોઈ શકે છે: *ચોક્કસ કંઇ નહીં.*

ચિંતા કરશો નહીં, તે ખૂબ સામાન્ય છે. તાકીદ અને જરૂરિયાત હોય ત્યારે લોકો સામાન્ય રીતે પોતાને તૈયાર કરે છે. તે વિના, આપણે સામાન્ય રીતે જે કરીએ છીએ તે કરવાનું ચાલુ રાખીએ છીએ. જ્યારે લોકો તેમના જીવન પર નજર *નાખે છે* અને કહે છે કે *તમે જાણો છો કે હું આ કરી શકું* ત્યારે લોકો 'મૂલ્ય' કેટેગરીના મહત્વની અનુભૂતિ કરે છે . *હું જાણું છું કે મારી પાસે હોત. મારી પાસે તે જે લે છે તે મારી પાસે હતું, પરંતુ મેં મૂર્ખ છી કા .વામાં મારો સમય બગાડ્યો.*

અનુભૂતિ મોડું થાય છે, સામાન્ય રીતે જ્યારે તમે માનો છો કે તક અથવા સમય વીતી ગયો છે. તક દ્વારા, તે કંઈપણ હોઈ શકે છે - એક કુશળતા, વ્યક્તિત્વ વિકાસ અથવા તમારામાંની કેટલીક વૃત્તિઓ પર નિયંત્રણ વિકસિત કરવું જે તમારી કારકિર્દી અને સંબંધોને નુકસાન પહોંચાડે છે. તે સૌથી ખરાબ લાગણીઓમાંની એક છે, તે જાણીને કે તમે કંઇકના પરિણામને નિયંત્રણમાં અને બદલી શક્યા હોત, જેના પર હવે તમે પસ્તાવો કરો છો: *જો મને યોગ્ય સમયે તે સમજાયું હોત.* 'યોગ્ય સમય' માટે કોઈ જાણીતી અંતિમ તારીખ નથી, ફક્ત તે જ સત્ય છે કે તે આવશે. આ બાબતોની રક્ષા કરવા માટે તમે ફક્ત એક જ સમજુ વસ્તુ કરી શકો છો જે તેના **માટે** તમારી જાતને **તૈયાર કરે છે** . આર્થિક, માનસિક, જાતીય અને શારીરિક - લાંબા ગાળે શું શ્રેષ્ઠ છે તે વિચારીને, જાણીને અને તેના દ્વારા તમે કેવી રીતે લાંબા ગાળે સમૃદ્ધિ મેળવશો .

તમારો બીજો જવાબ હોઈ શકે છે: *હું એવું કંઈ કરી રહ્યો નથી જે સ્થિરતા હેઠળ આવે, પરંતુ જે વાવેતર હેઠળ આવે છે તેમાંથી હું વાંચું છું, નિરીક્ષણ કરું છું અને શીખું છું.*

તે મહાન છે, કે તમે તમારા મનની ખેતીમાં રોકાણ કરો. આનો અર્થ એ છે કે તમે એવી કોઈ વસ્તુ સાથે સંપર્કમાં આવ્યાં છો જેનો તમને અર્થપૂર્ણ ન થાય પરંતુ તમને તે સ્થળે લઈ ગયા હતા જ્યાં તમે એકલા અને વિચારતા હતા.

પરંતુ અહીં એક સમસ્યા છે, અમુક સમયે, જ્યારે લોકોને કંઈક મળે છે જે તેમને એક વ્યક્તિ તરીકે વિચારવા માટે બનાવે છે, ત્યારે તેઓ તેને પકડી રાખતા નથી, તેના બદલે તેઓ એવું કંઈક કરે છે જે તેમના માટે આ ચોક્કસ અનુભવને સંપૂર્ણપણે બગાડે છે.

આ તે કરે છે: તમને કંઈક એવું લાગ્યું કે જેનાથી તમે વિચાર કરો, પરંતુ પછી તમે તેને તમારા નજીકના વ્યક્તિ સાથે શેર કર્યું, **અપેક્ષા રાખતા** કે તે કાં તો તમે જે કર્યું તે જ લાગે,

અથવા તે રીતે વિચારવાનું પ્રારંભ કરો, અથવા શેરિંગ માટે તમારા દ્વારા પ્રભાવિત થાઓ. તે.

જ્યારે તેઓ સમાન ઉત્તેજનાને વ્યક્ત કરતા નથી, ત્યારે સંભાવના છે કે તમે આખી વસ્તુ તમારી પાછળ મૂકી દો. *હું માનું છું કે તેમને તે ગમ્યું નથી.* મૂળભૂત રીતે, તેઓએ તમારા માટે તે બગાડ્યું.

જ્યારે તેઓ આ વિચાર સાથે સહમત ન હોય, ત્યારે તમે કદાચ આ વિચારને નિષ્ફળતા તરીકે જોશો કારણ કે તે તેના પર કામ કરતું નથી.

જ્યારે તેઓ તમારાથી પ્રભાવિત થાય છે, ત્યારે તમે તેમને હોંશિયાર અને deep ંડા વિચારતા હોય તેવું સામગ્રી મોકલ્યું હોવા માટે તમે એક પ્રકારનો સ્માર્ટ અનુભવો છો - અને તે જ તમારું ધ્યાન કેન્દ્રિત છે. ત્રણેય કેસોમાં, આ વિચારની ચર્ચા તમારા મગજમાં વધુ ચર્ચા, ચર્ચા અથવા વિકસિત નથી; તેના બદલે, તે દિવસોની બાબતમાં ભૂલી જાય છે. હંમેશાં યાદ રાખો: કોઈપણ વિચારની સાચી કસોટી એ તેની લોકપ્રિયતા નથી, પરંતુ તે *તમને* કેટલી deeply ંડાણથી વિચારે છે.

હવેથી, જ્યારે પણ તમને કંઇપણ લાગે છે તે તમને વિચારવા લાગે છે, તે એક **સંકેત છે** કે તમારે તેને વધુ તપાસવાની જરૂર છે. આગળ વધશો નહીં. જો તમે તે અન્ય લોકો સાથે શેર કરો તો તેના જવાબોની કાળજી લેશો નહીં. તે **તમને** બોલે છે ; તેથી, તેને તમારા મગજમાં વધુ વિકસિત કરો. તે કંઈપણ વિશે હોઈ શકે છે - ધર્મ, સંબંધો, સામાજિક કાર્ય, ડેટિંગ અથવા માનવ વર્તન વિશે. તમારે કલ્પના કરીને આ કલ્પના દ્વારા પરીક્ષણ કરવાની જરૂર છે કે જો આ તમારા જીવનમાં કડક ઇચ્છા અથવા શાસન હતું, તો તે તમને વધુ નિયંત્રણમાં અને વધુ સુરક્ષિત બનાવે છે, અથવા નહીં? આ તમને તમારી વાસ્તવિક ઇચ્છા શોધવા તરફ દોરી શકે છે.

ખેતીનો મુદ્દો તમારા મગજમાં જ્ knowledge ાન સંગ્રહિત કરી રહ્યો નથી જેથી તમે તેનો ઉપયોગ પછીથી લોકોને પ્રભાવિત કરી શકો. તે તમને બુદ્ધિશાળી નહીં, જ્able ાની બનાવે છે. તે અર્થહીન છે જો તે તમારી ક્રિયાઓમાં પ્રતિબિંબિત કરતું નથી. મનની ખેતી એટલે તમને શું વિચારે છે તે રાખવા અને જેનો અર્થ થાય છે તેનો ઉપયોગ કરવો.

તેથી, તમારે હમણાં જ પોતાને પૂછવાની જરૂર છે, સ્થિરતા અને વાવેતરની સેવા આપવા માટે તમારી પાસે કેટલી દૈનિક ઇચ્છાઓ અને ક્રિયાઓ છે? જો 'ઘણા નથી' અથવા 'કંઈ નહીં' એ તમારો જવાબ છે, તો તે મારા મિત્રની ગંભીર ચિંતા છે. વહેલા અથવા પછીથી, તમારે તમારા જીવનનું સ્ટીઅરિંગ વ્હીલ પકડવું પડશે, તમે હવે તેના વિશે વિચારવાનું શરૂ કરી શકો છો.

ચાલો બીજા વર્ગ વિશે વાત કરીએ.

ટૂંકા ગાળાના સુખી

'રસ' તરીકે ઓળખાતી બીજી કેટેગરીને વધુ બે વિભાગમાં વહેંચવામાં આવશે: પ્રાયોગિક આનંદ અને બૌદ્ધિક આનંદ.

પ્રાયોગિક આનંદ : આ વસ્તુઓ કરવાથી તમને આનંદની સાચી અનુભૂતિ મળે છે જે તમને વિશ્વથી **અલગ કરે છે** અથવા તમને વિશ્વ ભૂલી જાય છે, ઉદાહરણ તરીકે, સાયકલ ચલાવવી, વજન વધારવું, દોડવું, લખવું, સાધન વગાડવું, નૃત્ય કરવું, સાથે સમય વિતાવવો ચોક્કસ મિત્ર, રસોઈ, કોઈ વિષય વિશે વાંચવું અથવા કંઈક બનાવવું. આ પ્રવૃત્તિઓ સાથે તમારો deep ંડો જોડાણ છે, અને તમે તેમને **માલિકીથી 'તમારો' ક** calll કરો છો , તેથી, આ તમારા 'સ્વ' માંથી ફેલાવવાની ઇચ્છા છે.

તેથી, તમારી બધી ક્રિયાઓ અને પ્રવૃત્તિઓમાંથી જેને તમે તમારી દૈનિક ઇચ્છાઓ કહી શકો છો, કેટલા પ્રાયોગિક આનંદ હેઠળ આવે છે?

તમે કહી શકો *છો : હું ઘણી વસ્તુઓ વિશે વિચારી શકું છું જે મને અપાર આનંદ આપે છે.*

શું આ તમને રોમાંચ, ઉત્તેજના, ખુશહાલીની ભાવના આપે છે? અલબત્ત. શું આ તમને સંતોષ, વ્યક્તિગત જોડાણ અને સ્વતંત્રતા પણ આપે છે? તે તે છે જે 'હિત' હેઠળ આવે છે.

તમે દૈનિક ધોરણે ઘણી વસ્તુઓ કરો છો કે જે આદતને લીધે કરવામાં આવે છે અથવા ટૂંકા આનંદની વ્યસનીનું વ્યસન છે. તેઓને તમારા સ્વ દ્વારા આવશ્યક વિનંતી કરવામાં આવશે નહીં. તે કરવામાં આવ્યું છે કારણ કે, જો તમે તમારી હાલની સ્થિતિ વિશે વિચારશો, તો તમને ખૂબ ગમગીન આપવામાં આવશે - તેઓ ભાગી જવાની સેવા આપે છે. તે કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ છે જે તમે કેટલીક ખુશીઓ કાqueવા માટે કરો છો

કારણ કે તમે સત્યનો સામનો કરવાથી ભાગતા નથી. તેથી, વિડિઓઝને અવિરતપણે જોતા રહેવું, એક અપંગતાને ધ્યાનમાં રાખીને જુગારની ઉત્તેજનાને સુરક્ષિત કરવાની જરૂર છે, તમારા મિત્રોની સાથે ટેવ લગાવી રાખવી, અથવા સેક્સ માણવા માટે નિરપેક્ષ ૨ randન્ડમ લોકોને ટેક્સ્ટ કરવું એવું લાગે છે કે તેઓ અનુભવી આનંદમાં આવે છે, પરંતુ વાસ્તવિકતામાં તે તે છે ફક્ત તમે તમારા છી સાથે વ્યવહાર કરવામાં અસમર્થ છો, અને તેથી તમારા માટે તેને હલ કરવા માટે કોઈ વ્યક્તિ અથવા તમને તે વિશે ભૂલી જવા માટેની પ્રવૃત્તિ શોધવી.

તમારી ઇચ્છાઓ અને ક્રિયાઓ ફક્ત ત્યારે જ 'ઇન્ટરેસ્ટ' કેટેગરી હેઠળ આવે છે જ્યારે તે તમારા **દ્વારા** નિયંત્રિત **થાય છે** , તમે **તેમના દ્વારા નહીં** . માત્ર પછી જ તેઓ વર્કઆઉટ, બાઇક ચલાવવી, રાંધવા, કોઈ સાધન વગાડવી જેવી વસ્તુઓ સાથે તુલનાત્મક હોઈ શકે છે, જેમાંથી મોટાભાગની પ્રવૃત્તિઓ ખૂબ નિયંત્રિત પ્રવૃત્તિઓ છે. યાદ રાખવાની વાત એ છે કે: તેઓ તમારી ઉપર કબજો લેતા નથી.

તેથી, આજથી, તમારી કઇ પ્રવૃત્તિઓ અને તમારી ઇચ્છાઓ તમારા દ્વારા નિયંત્રિત કરવામાં આવે છે તે ધ્યાનમાં લેવાનું પ્રારંભ કરો, અને તમને આનંદની ટૂંકી વિસ્ફોટ નહીં, પણ તેમને કરવામાં તમને સંતોષ આપો; જે પ્રવૃત્તિઓ તમે સકારાત્મક હસ્તગત અને વિશે ખાતરી કરો છો. અને તમારા જીવનની ફરજો અને જવાબદારીઓથી બચવા માટે તમે જે પ્રવૃત્તિઓ કરો છો તે સ્ક્રૂ કરો — તેઓ તમને લાંબા ગાળે પજવશે.

ચાલો આપણે બૌદ્ધિક આનંદ તરફ આગળ વધીએ.

બૌદ્ધિક આનંદ : આ વસ્તુઓ કરવાથી તમારા મગજમાં ઉત્તેજીત થાય છે
તમારી રુચિને આકર્ષિત કરો, ઉદાહરણ તરીકે: કોઈની સમસ્યાનું સમાધાન કરવું, બૌદ્ધિક ચર્ચા કરવી, લોકોના જીવન વિશેની માહિતી એકઠી કરવી અને તેનો ઉપયોગ કરવો

તેમને અનુકૂળ ક્ષણોમાં - તમારી જાતને સ્વીકારવામાં શરમ થવાની જરૂર નથી — જે કંઇ પણ છે તે વિશે શીખવું અને વાંચવું જે તમારી ઉત્સુકતા અને રસને દોરે છે.

તમારી જાતને પૂછો કે તમારા મગજમાં શું ઉત્તેજીત થાય છે અને તમારી રુચિ કેળવે છે. તે તમારા વાસ્તવિક હિતો હશે. તેથી, તમારી બધી ક્રિયાઓમાંથી અને ઇચ્છે છે, કેટલા બૌદ્ધિક આનંદમાં આવે છે?

તમારો જવાબ હોઈ શકે છે: *હું કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ વિશે વિચારી શકું છું જે ચોક્કસપણે મારી રુચિને કબજે કરે છે, પરંતુ મેં તેમાં સમય મૂકવાનું ક્યારેય વિચાર્યું નથી.*

સારું, કારણ કે સમય મર્યાદિત છે, અને તમારો સમય આ વિચિત્ર દુનિયામાં ફિટ થવા માટે તમે કરો છો તે બાબત અને શાળા કે નોકરી જેવી જીવનમાં તમારે જે સામગ્રી કરવી તે વચ્ચે પહેલેથી વહેંચાયેલું છે. તમારી પાસે દિવસમાં મર્યાદિત કલાકો છે જે તમે ફક્ત અમુક સંખ્યાબંધ પ્રવૃત્તિઓ પર જ ખર્ચ કરી શકો છો. તેથી, તમને એક પસંદગી પ્રસ્તુત કરવામાં આવી છે: કાં તો તમારી આસપાસના દરેક જણ કરે છે તે કરો, અથવા તમને રુચિ છે તેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો.

તમારી પસંદગીઓ તમને અન્ય લોકોથી અલગ કરી શકે છે તેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું, કારણ કે આ પસંદગી તમારી આસપાસના લોકો સામાન્ય રીતે કરી રહેલા કાર્યોથી વિચલિત થઈ જાય છે. આનો અર્થ સમય સમય પર પોતાને અલગ કરવા, તમારા મિત્ર વર્તુળમાં તમારું સ્થાન ગુમાવવાનું જોખમ લેવું, અન્યની નજરમાં 'વિચિત્ર' બનવું છે કારણ કે *તમે હંમેશાં તમારું કામ કરો છો,* અને એવી પ્રવૃત્તિઓ માટે ના પાડશો જે લોકો ઇચ્છે છે કે તમે તેમની સાથે કરો. .

તેથી, અમને એક સમસ્યા છે: એક તરફ, તમે સંબંધ રાખવા માંગો છો, તમે કોઈ વસ્તુનો ભાગ બનવા માંગો છો, તમે સ્વીકારવા માંગો છો; બીજી તરફ, તમારે કઈ રુચિઓ છે તે પસંદ કરીને તમારે ઉપરોક્ત તમામ સાથે *વાહિયાત* કહેવું જરૂરી છે . વ્યક્તિગતતા એ જ છે - જૂથની ઓળખને તોડી અને તમારી પોતાની વ્યક્તિ બનવું.

તો, તે તમે શું કરવા માંગો છો? શું તમે કોઈ વ્યક્તિ અથવા કોઈ ફ fuckingકિંગ ફોલોઅર બનવા માંગો છો? જો તમે વ્યક્તિગત પસંદ કરો છો, તો પછી જે કંઈપણ તમારા સ્વ પ્રત્યેનું ધ્યાન અને રુચિ ખેંચે છે તેમાં રોકાણ કરવાનું શરૂ કરો. તે તમારી વસ્તુ છે ડ્યૂડ. તેમાં રોકાણ કરવું અને તે વધવું એ જ છે જે તમને દરેક વ્યક્તિથી જુદા પાડે છે - તે તમને વ્યક્તિગત બનાવે છે, કારણ કે તમે તમારી પોતાની વસ્તુ કરી રહ્યા છો. તમે જેને બૌદ્ધિક રૂપે ઉત્તેજીત થાય તે મૂકો, બાકીના લોકો જે કરી રહ્યા છે તેનાથી ઉપર મૂકો. તેમને વાહિયાત અને તે વાહિયાત.

અને જ્યારે આપણે તેના પર છીએ, ચાલો આ જૂથ બુલશીટને પણ જોઈએ.

કોલ મિત્રો તમને ખુશી આપે છે?

લોકો જૂથોમાં શું કરે છે? જે કરવાનું છે તે કોણ નક્કી કરે છે? શું તે ખરેખર લોકશાહી છે અથવા કેટલાક નિર્ણયો બધા નિર્ણયો લે છે? તમારી રુચિઓ છે અને

સુધારણા ધ્યાનમાં લેવામાં આવે છે અથવા તે ફક્ત મનોરંજન પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે? શું આ લોકો પણ જાણતા હોય છે કે તેઓ કઈ વાહિયાત વિશે વાત કરે છે, અથવા જેમ જેમ તે ચાલે છે, તો તે છીનવી લે છે?

તમે જે પણ જૂથોનો ભાગ છો, તેના વિશે વિચારો.

તમે લોકો સાથે કરેલી મોટાભાગની સામગ્રી બે કારણોસર કરવામાં આવે છે:

- શકાય **લોકો દ્વારા ગમ્યું.** ઘણી બધી પ્રવૃત્તિઓ કે જે તમે કરો છો તે કદાચ તમને ખૂબ આનંદ ન આપે. લોકો તેમને શા માટે કરે છે તે પણ તમે સમજી શકતા નથી, પરંતુ તમે ના પાડો નહીં કારણ કે તેમની સામૂહિક અપીલ ખૂબ જ મજબૂત છે. કેટલાક કિસ્સાઓમાં, તમે ના કહીને મનોરંજન પણ કરતા નથી. એક તક છે કે તમે તમારી જાતને ખાતરી કરી લીધી હોત કે તેની અપીલ ન સમજીને કંઇક તમારી સાથે કંઇક ખોટું છે, તેથી તમે તમારી જાતને તે વસ્તુ કરવા દબાણ કરો.
- માટે **એક જૂથ સાથે રહે છે.** આ જૂથને સમાનતા, સંવેદનશીલતા, સીમાઓ અથવા લક્ષ્યો સાથે કરવાનું કંઈ નથી હોતું અને આનંદ કરવાનો હેતુ પૂરો કરવા માટે ફક્ત અસ્તિત્વમાં છે. તમારો ભય એ છે કે જો તમે થોડા સમય માટે આ જૂથની બહાર ન રહો, તો તમે મનોરંજક પ્રવૃત્તિઓ ગુમાવી શકો છો , જૂથ જે વિચારી રહ્યા છે તેનાથી પાછળ પડી શકો છો અને બદલાઈ જશે.

અંતે, તે સ્વીકૃતિ વિશે છે. તમે એકલા અને ત્યજી દેવા માંગતા નથી, તેથી તમે કોઈપણ મૂર્ખ ચીજો કરવા તૈયાર છો - ભલે તે તમને સમજે છે કે નહીં, તમે તે કરવા માંગો છો કે નહીં - કેમ કે તમે વિચારો છો કે જૂથમાં છો અને હોવાને લીધે ઘણા મિત્રો એ તમારા વિશે એક સરસ નિવેદન છે. તમે સ્વીકાર્યા છે, તેથી તમે મૂલ્યવાન છો. શું તે ટોળું વિચારવાનું નથી?!

તેથી જ, જો તમે કોઈ જૂથમાં ન હોવ તો પણ, તમે હજી પણ તે જ કાર્યો કરી રહ્યાં છો જે તમારી આસપાસના દરેક વ્યક્તિ કરી રહ્યા છે - ફિટ થવા માટે. તમે એકલા હોવાનો ભયભીત છો. તમારી પાસે કૂલ મિત્રો અને સરસ અનુભવોની ઇચ્છાઓ અને કલ્પનાઓ છે. તમે કેવી રીતે ભયાનક, પ્રભાવશાળી અને બહિર્મુખ બનવા માટે વિડિઓઝ વાંચી અને જોઈ રહ્યાં છો. *હું શરમાળ થવાનું બંધ કેવી રીતે કરું?* કારણ કે તે બધું બદલશે, ખરું? એકવાર તે સમાપ્ત થઈ જશે અને તમારી પાસે લોકોની મંજૂરી હશે, બધું બરાબર થશે, ખરું? તે કેટલાક મહાકાવ્ય-સ્તરની તેજી છે.

લોકો દૂર જાય છે, તેઓ તમારા વિશે છી નથી આપતા, લોકો પોતાને વિષે છી આપે છે; તેથી તમે વધુ સારી રીતે તમારા વિશે યોગ્ય રીતે વ્યવહાર કરવાનું પ્રારંભ કરો. સમય વીતતો જાય છે, લોકો નીકળે છે, અને તમે તે જ છો જે તમારી સાથે રહે છે. તેથી, લોકો જવાબ નથી, તે તમે જ છો જેણે તમારી અંદરથી જવાબો શોધવાનું રહેશે.

તેથી, જો તમને અલૌકિક કહેવામાં આવે છે, વિચિત્ર, ઘોંઘાટવાળા, ગીક, ક્રેઝી, લોનર , હતા

અપ્રગટ **હોવાને કારણે કારણ કે** તમે તેવું **કરવાનું પસંદ કર્યું** છે જેને લોકપ્રિય ન માનવામાં આવ્યું હોય, સામાન્ય સુખમાં નિર્દયતાથી ભાગ લેવાનું પસંદ કર્યું, તમને જે રસ છે તેના પર

ધ્યાન અને સમય આપ્યો અને તમારા મગજમાં ઉત્તેજીત કરો, પછી તમે સાચા માર્ગ પર છો.

છેલ્લે, જ્યાં સુધી મિત્રતાની વાત છે, એકલ વ્યક્તિ જે તમારા વિશે સાચા અર્થમાં છીનવી આપે છે તે મિત્રતાનો દાવો કરનારા હજારોને બદલી શકે છે. તેથી, તમે જાણો છો કે કોને રાખવો.

પોતાને જાણવું એ એક સુપર પાવર છે

તમારામાં જે જોઈએ છે તેના જવાબોમાં 'મૂલ્ય' અને 'વ્યાજ' હેઠળ આવ્યા, તેમના પ્લેસમેન્ટને લઈને તમારા મનમાં મૂંઝવણ થઈ શકે. તમારે તેને હમણાંથી મળવાનો નથી. તે સમય લેશે. પરંતુ ઓછામાં ઓછું વિચારવાની પ્રક્રિયા શરૂ થઈ ગઈ છે, જે આંધળા અનુયાયી હોવા કરતાં વધુ સારી છે. વિચારવું તમને જાણવાની નજીક જાય છે, જે એક મહાસત્તા છે. પોતાને જાણવું એ એકલા હાથે કોઈ પણ વ્યક્તિની પાસે રહેલી મહાન મહાસત્તા છે. તેથી, પોતાને જેટલું થઈ શકે તે જાણવાનો પ્રયાસ કરો.

[પ્રકરણ દસ]

[લોકો સ્ક્રૂ પ્લાઝિંગ]

શું તમારી જાતથી સ્વયં આવે છે?

ચાલો સ્વ-મૂલ્ય વિશે વાત કરીએ . તેનો અર્થ શું છે? તેનો અર્થ એ કે તમે મૂલ્યવાન છો. આપણે આ કેવી રીતે મેળવી શકીએ? તે સ્વ વર્થ છેવટે; પ્રથમ વસ્તુની જરૂર તે 'સ્વ' છે. જ્યારે તમારી પાસે સેવા આપવા માટે સ્વ હોય છે, ત્યારે સ્વ તમને કહે છે કે મૂલ્ય શું છે. જ્યારે તમે નહીં કરો, ત્યારે તમારે અન્ય પર નિર્ભર રહેવું પડશે. જ્યારે તેઓ તમને મૂલ્યવાન હોવાની પુષ્ટિ આપે છે, ત્યારે તમને આનંદ થાય છે. ચાલો હું ફરીથી તે ફરી કહું છું: તમારી કિંમત શું છે તે કહેવા માટે

તમે અન્ય પર નિર્ભર છો અને આ ગોઠવણ તમને ખુશ કરે છે. આઉટ-ક fuckingકિંગ-સ્ટેન્ડ, સાથી.

ચાલો જોઈએ કે તે કેટલી રીતે કરવામાં આવે છે:

1. તમારી દૃષ્ટિએ સક્ષમ અને અદ્ભુત છે તેવા લોકોની મંજૂરી અને સ્વીકૃતિ મેળવવા માટે.

તમે જાણો છો કે તેઓ કોણ છે. *તેણે મને કહ્યું કે હું સક્ષમ છું, મહાન કરી રહ્યો છું, અને ટોચ પર રહેવાને પાત્ર છું. તે મને પહેલાં કરતાં મહાન અને વધુ પ્રેરિત લાગે છે.*

બાજુની નોંધ: આપણે આવનારા પ્રકરણોમાં આ વિશે લંબાઈથી વાત કરીશું. હમણાં માટે, ચાલો તેને અહીં છોડી દો અને આગળની વસ્તુ તરફ આગળ વધીએ.

જેઓ અન્ય લોકો માટે શ્રેષ્ઠ લાગે છે

2. શ્રેષ્ઠતાની ભાવના ધારણ કરીને.

તમને મળ્યા હોય તેવા લોકો વિશે વિચારો જે તમને આ વાઇબ આપ્યો છે: *મને વસ્તુઓ વિશે ઘણું જ્* knowledgeાન છે. *મને રસપ્રદ વસ્તુઓ વિશે શીખવાનું ગમે છે. હું હોશિયાર, અસ્પષ્ટ મૂવીઝ જોઉં છું ફક્ત બુદ્ધિશાળી લોકો માટે. હું વિષયો પર પ્રવચનો અને દસ્તાવેજી જોવાનું પસંદ કરું છું. મારા મંતવ્યો ખરેખર રસપ્રદ છે અને*

અનન્ય. મારી પાસે મૂવીઝ, કલા અને સંગીતનો ખૂબ વિકસિત સ્વાદ છે. તમને ખ્યાલ આવે છે.

ઉપરોક્ત અભિવ્યક્તિનો હેતુ ન બને ત્યાં સુધી આ બધું ખરેખર બરાબર છે: *હું સામાન્ય લોકો કરતા વધુ સારી છું કારણ કે હું ખૂબ જ રસપ્રદ છું*

- મૂળભૂત રીતે તમે બીજાઓ કરતાં ચડિયાતા છો એમ માનીને સ્વ-મૂલ્ય એકઠું કરવું.

આમાં તમે જે વિચારો છો તે **બતાવવું** શામેલ છે **જેમાં જરૂરિયાત મુજબ** અન્ય લોકો માટે તમારા વિશે પ્રભાવશાળી છે **.** તેના વિના, તમે તમારા વિશે સારું નહીં અનુભવો. તેથી, તે એક ટેવ બની જાય છે. આ પ્રોત્સાહનની શોધમાં નથી, રચનાત્મક ટીકાની શોધમાં નથી, અથવા કોઈ વાતચીત કરી રહ્યો નથી - ખરેખર તે તેનાથી ખૂબ દૂર છે. આ અહંકારને સંતોષવા માટે બનાવાયેલ શ્રેષ્ઠતાનું શુદ્ધ પ્રદર્શન છે.

આ તે વ્યક્તિનો કિસ્સો છે જેની સંપૂર્ણ ઓળખ લોકોને સામાન્ય રીતે રસપ્રદ લાગે છે, તેથી સ્વાભાવિક રીતે તે / તેણી એવી વ્યક્તિ બની જાય છે જે જાણકાર છે, કળા અને રાજકારણમાં રસ ધરાવે છે, સિદ્ધિઓ ધરાવે છે, અને લોકપ્રિય કંઈપણ વિશે અભિપ્રાય ધરાવે છે. હા, આ આપણી સ્વયં ઘોષિત આધુનિક-દિવસની બૌદ્ધિક છે. આ ગરીબ વ્યક્તિને તેના અથવા તેણીના સ્વ સાથે કોઈ સંબંધ નથી; તેમનું ધ્યાન લોકો તેમને કેવી રીતે જુએ છે તેના માટે સંપૂર્ણ રીતે સમર્પિત છે.

તેના બદલે પર ધ્યાન કેન્દ્રિત **સ્વ** અને પૂછવા, *શું છું* ***હું*** *રસ છે, શું મને પ્રિય છે, શું મને તે કેવી રીતે લોકપ્રિય હોઈ શકે છે અનુલક્ષીને રસ નથી,* તેમના સ્વ-વર્થ નોંધપાત્ર અને અન્ય આંખોમાં રસપ્રદ લાગણી માંથી આવે છે. ટૂંકમાં, તેઓ પોતાને વિશે સારું લાગે તે માટે પ્રેક્ષકો પર આધારિત છે.

મૂળભૂત રીતે તે સંપૂર્ણ ભિન્ન સ્તરે ગમ્યું છે. ઉદાહરણ તરીકે, તેઓ તે જોવા અથવા તેનો વપરાશ કરવાનો ઇનકાર કરશે જે લગભગ બધા લોકો દ્વારા પ .પ સંસ્કૃતિમાં વ્યાપકપણે લોકપ્રિય અને ગમ્યું છે. તેઓ આ કરે છે કારણ કે, જો તેઓ પણ તેમાં જોડાતા હોય, તો પછી તેઓ બીજા બધાની જેમ હોત, તેથી રસપ્રદ નથી. તેમની બરતરફને તેના વાસ્તવિક સ્વાદ, ભૂતકાળની પસંદગીઓ અને તે વસ્તુ પ્રત્યેની સાચી લાગણીઓ સાથે કોઈ લેવાદેવા નથી. આ બરતરફ તેમને અલગ હોવાના કારણસર ફક્ત વિરોધાભાસી બનવાની તક આપે છે. તે રસપ્રદ હોવા માટે કેટલા ભયાવહ છે.

આના અન્ય ઉદાહરણો લોકો કહેતા હશે કે, *આજકાલ સંગીત સંપૂર્ણ છીનવાળું છે,* તેમ છતાં તેઓને *સંગીતનું જ્* knowledgeાન નથી અથવા તેઓ ખરેખર શું પસંદ કરે છે. ફક્ત

તેથી જ કે તેઓએ કેટલીક 'ઠંડી' વ્યક્તિને તેઓ અનુસરતા સાંભળી છે અથવા વૃદ્ધ લોકો કહે છે કે આધુનિક સંગીત ચૂસી જાય છે, તેઓ પણ કરે છે.

તેઓ કદાચ એમ પણ કહેતા હોય કે, *હું બીથોવન, મોઝાર્ટ, બચ સાંભળવાનું પસંદ કરું છું, તમે જાણો છો, વાસ્તવિક સંગીત,* તેઓ જ્યારે પણ એકલા હોય ત્યારે તેઓ ક્યારેય એવું કરતા નથી, સિવાય કે તેઓએ પોતાને તે સાંભળવા માટે દબાણ કર્યું છે જેથી તેઓ ગમશે. તે.

પછી એવા પણ છે જે કહે છે: *મને જૂની મૂવીઝ જોવી ગમે છે,*

ખાસ કરીને કાળા અને સફેદ રંગના લોકો, તેઓ ઉત્તમ નમૂનાના છે. તેમની પાસે આ ચલચિત્રોનો સંગ્રહ હોઈ શકે છે, જે તેઓ લોકોને બતાવવાનું પસંદ કરે છે, પરંતુ ખરેખર તેઓએ તેમાંથી અડધો જોયો નથી, અને તેમની પાસેની ફિલ્મોને ફરીથી જોવાની કલ્પના પર કચરો નાખ્યો છે.

આ જેવા પુષ્કળ લોકો છે; જો તમને કેટલાક મળ્યા હોય તો તે આશ્ચર્યજનક નથી. આવી વર્તણૂક માત્ર એટલા માટે જ અસ્તિત્વમાં છે કારણ કે છાપ itભી કરે છે તેની છતા હોવા છતાં, લોકો તમને તમે કોણ છો તેના કરતાં વધુ કેવી રીતે જુએ છે તેની કાળજી લે છે.

હવે, લોકોએ તમને પસંદ કરે તેવી અપેક્ષા રાખવી એ સામાન્ય છે, પરંતુ તમારા સ્વ-મૂલ્યને નિર્ધારિત કરવા માટે લોકો પર આધાર રાખવો એ ખૂબ જોખમમાં આવે છે. જો એક દિવસ તમે કોઈ એવી વ્યક્તિને મળો જે પ્રભાવિત ન હોય? તેમને પ્રભાવિત કરવા માટે તમે કેટલી લંબાઈમાં જશો, કારણ કે તમે લાયક છો તેવું અનુભવવાનો આ એકમાત્ર રસ્તો છે? તમે જે દિવસે તમારા કરતા વધારે જાણકાર વ્યક્તિને મળશો તે શું થાય છે? શું તમારી સમક્ષ તેમની કિંમત શૂન્ય થઈ જાય છે?

તમને લાયક લાગે તે માટેના અન્ય પર આધાર રાખીને તે તમને અનિચ્છનીય લાગે તેવું અન્યનું સમાન જોખમ ધરાવે છે. શા માટે તમે તમારી જાતને તે બધી શક્તિ આપતા નથી?

અમે અન્ય લોકોને આ શક્તિ આપીએ છીએ તે અહીંની ત્રીજી રીત છે:

જેઓ બીજાઓને આત્મસાત કરે છે

3. લોકોની તુલના કરીને, અને જીતીને.

આપણે આમાં આવતાં પહેલાં, આપણે શા માટે અન્યની તુલના કરીશું? અને વધુ મહત્ત્વની બાબત, જ્યારે આપણે આ સૌથી વધુ કરીએ છીએ?

અમે અમારી જાતની તુલના કરીએ છીએ કારણ કે અમે તેમના કરતા સારા બનવા માંગીએ છીએ. જ્યારે આપણે કોઈની નજરમાં તેમના કરતા સારા બનવા માંગીએ છીએ ત્યારે અમે આ સૌથી વધુ કરીએ છીએ. તેથી, આ કિસ્સામાં, તમારું સ્વ-મૂલ્ય એવા લોકો તરફથી આવે છે જેમની નજરમાં તમે આશ્ચર્યજનક બનવા માંગો છો. આ લોકો શક્તિ સાથેના લોકો છે, અને તેમની મંજૂરી અને પ્રશંસા તે છે જે તમને સ્વ-મૂલ્ય આપે છે . તેથી, જે દિવસે તમારે તમારા કરતા વધુ સારા કોઈની સાથે કામ કરવું પડે છે, અથવા જેની પાસે વધુ સારા થવાની સંભાવના છે તે શું થાય છે?

તમે તેમની પીઠ પર લક્ષ્ય રાખ્યું છે અને તેમની સાથે સ્પર્ધા કરવાનું પ્રારંભ કરો છો. આ, ઘણી વાર નહીં, તે એક અલગ પ્રકારની સ્પર્ધા છે. તમે ધ્યાન અને મંજૂરી ચોરવાની તેમની સંભવિતતા સાથે સ્પર્ધા કરી રહ્યાં છો, જે તમે માનો છો કે ફક્ત તમને પાત્ર અને સખત જરૂર છે. તેથી, આવી સ્પર્ધાઓ વ્યક્તિગત, કદરૂપો અને અદાવતથી ભરેલી હોય છે.

આદર્શરીતે, સ્પર્ધાઓ તમારી ક્ષમતાઓને સાબિત કરવા વિશે છે, અને ગુમાવવું એ આત્મ-પ્રતિબિંબમાં સમાપ્ત થવું જોઈએ . પરંતુ આ કિસ્સાઓમાં, તમે વધુ સારા બનવા માંગો છો

કોઈપણ કિંમતે તેમના કરતા. આ હાંસલ કરવા માટે, તમે તેમની ક્ષમતાઓથી આગળ વધશો, તમે તેમની સાથે તેમના વ્યક્તિગત જીવન, તેઓની વાત કરવાની રીત, તેઓનું વર્તન કરવાની રીત, તેમનું વજન, heightંચાઈ, દેખાવ, તેમના જીવનસાથી, તેમનો ડ્રેસ સેન્સ અને બીજું કંઈપણ તમે તેમની સાથે **તુલના** કરવાનું શરૂ કરો છો. માં શ્રેષ્ઠતા સ્થાપિત કરવા યોગ્ય લાગે છે.

તમે તેમના વિશે ખરાબ રીતે વાત કરો છો અને તમારા મિત્રો સાથે તેમની મજાક કરો છો, તેવું સમજાતું નથી કે હવે તેઓ તમારા દૈનિક વિચારોનો મોટો ભાગ ધરાવે છે. તમારા મનમાં, તે તમારા **નિમેસિસ** બની ગયા છે .

હવે, યાદ રાખો: તમે આ બધું કરી રહ્યાં છો કારણ કે તમને ધમકી આપવામાં આવી છે કે તેઓ કદાચ તે સ્રોતને લઈ જશે જેમાંથી તમે લાયક છો. તમારે ફક્ત તે સ્રોતને સ્થાનાંતરિત કરવાની જરૂર છે. તમે લાયક છો કે નહીં તે કહેવા માટે તમારે અન્ય પર નિર્ભર રહેવાની જરૂર નથી. તમે પુખ્ત છો? તમે સક્ષમ છો કે નહીં? તમે જીવનમાં કયા ધોરણોને મળવા માંગો છો તે તમારા પોતાના દ્વારા નક્કી કરવામાં આવે છે, અને તે જ છે. એકવાર તે થઈ જાય, પછી તમે નક્કી કરો છો કે તે મૂલ્યો તે ધોરણો પર આધારિત છે. ઓછામાં ઓછું તે તમારા પોતાના મનથી આવે છે.

તેના બદલે, તમે આ વ્યક્તિ સાથે ટોટી લડવામાં વ્યસ્ત છો જેની સાથે તમારી પાસે બીફ નથી. તે ત્રણ સરળ કારણોસર વ્યર્થ છે: તેમને તમારી સાથે કરવાનું કંઈ નથી; તેઓ તમારી સફળતાને કોઈ અસર કરતા નથી, ફક્ત તમારી ક્રિયાઓ કરે છે; અને અંતે, તમને લાગે છે કે મોટાભાગની રીતો તે વધુ સારી છે તે ધારણાઓ પર આધારિત છે.

તમારી પાસે એક માત્ર વાસ્તવિક ડેટા કાર્ય સંબંધિત છે. વિશિષ્ટ બાબતોમાં તે તમારા કરતા સારા હોઈ શકે છે. જો તમે ખરેખર ઇચ્છતા હોવ તો આ તમે સુધારી શકે તેવી આ બાબતો પણ છે.

અહીં પ્રામાણિક સત્ય છે: તમે તેમના વિશે જાણો છો તે કેટલીક વિગતોના આધારે, તમે વિચારો છો: *હું આ વ્યક્તિને જાણું છું.* ઠીક છે, તેની સાથે વાહિયાત વાતો કરો કારણ કે, વાસ્તવિકતામાં, તમે નથી. તમે ફક્ત વસ્તુઓ ધારે છે, અને તમારે તેવું કરવું પડશે કારણ કે તમે તેના વિશે ખૂબ વિચારી રહ્યા છો.

તેઓ ક્યાંથી આવ્યા છે, તેમની વાસ્તવિક જીવનની પરિસ્થિતિ શું છે, તેમની તકો શું છે અને તેઓએ તેને અત્યાર સુધી કેવી રીતે બનાવ્યું છે તે વિશે તમારી પાસે કોઈ વાસ્તવિક માહિતી નથી these આ બધા સરળતાથી તમારા કરતા વધુ સારા અથવા વધુ ખરાબ હોઈ શકે છે.

તમારી જાતને અથવા બીજા કોઈને નીચે ખેંચતા પહેલાં, હંમેશાં પોતાને યાદ કરાવો કે તેઓ તમારા પગરખામાં એક દિવસ પણ જીવતા નથી, અને તમે તેમનામાં નથી. આ ફક્ત એટલા માટે થઈ રહ્યું છે કારણ કે તમને જાણવાથી તેઓ ટ્રિગર થયા છે કે તેઓ કોઈ ખાસ બાબતમાં તમારા કરતા વધુ સારા છે. અને તે તમારી સાથે વાહિયાત છે કારણ કે તમારું સ્વ-મૂલ્ય અન્ય લોકોની મંજૂરીથી આવે છે - જે આ વ્યક્તિની નહીં, પણ તમારી સમસ્યાનું મૂળ છે.

તમે શું જાણો છો, ચાલો તમારી સમસ્યાના સ્ત્રોત વિશે પણ વાત કરીએ.

શું તમે કાળજી કરો છો કે બીજાઓ તમારા વિશે શું વિચારે છે?

ચાલો આ વિશે વિચાર કરીએ: તમે બીજા લોકો તમારા વિશે શું વિચારે છે તે વિશે તમે ખૂબ કાળજી લો છો કારણ કે તમે જે ધારણા કરો છો તે હેઠળ કામ કરી રહ્યા છો કે લોકો તમારી જેટલી કાળજી લે છે. સારું, મારા મિત્ર, વાસ્તવિકતામાં આપનું સ્વાગત છે - તેઓ નથી. તમે એવા લોકો સાથે સ્પર્ધા કરી રહ્યાં છો જેઓ વધુ વ્યકિતગત છે, સારી સામાજિક કુશળતા ધરાવે છે, વધુ આકર્ષક છે, કારણ કે તમને ડર લાગે છે કે તેઓ તમારા કરતા **અન્ય લોકો દ્વારા** વધુ પસંદ **કરવામાં** આવશે . તમે આનાથી તમારો મૂડ બરબાદ કરી રહ્યા છો.

અહીં સત્ય છે: કોઈને પરવા નથી. કાળજી લેવાનો વ્યક્તિગત ઉદ્દેશ ન હોય ત્યાં સુધી કોઈને પરવા નથી હોતી. તમે ભાગ્યે જ જોયું હશે કે વસ્તુઓ બીજાના દૃષ્ટિકોણથી કેવી છે. જો તમે કર્યું હોય, તો તમે સમજી શકશો કે તમે પ્રભાવિત કરવા માંગતા હો તે લોકો તમારા વિશે વિચારવાનું પરવડી શકે છે.

તે તે જેવું છે કે જે લોકો તમારા દ્વારા પસંદ કરવા માંગે છે તેમના માટે કેવી રીતે બચાવવા માટે તમારી પાસે એક ક્ષણ નથી. તમે તે વિશે વિચાર્યું પણ નથી, શું તમે? *એવા લોકો છે જે મારા દ્વારા પસંદ કરવા માંગે છે?* હંમેશાં હોય છે, પરંતુ તમે તેમના પર ભાગ્યે જ ધ્યાન આપો છો કારણ કે તેમની મંજૂરીનો અર્થ તમારી સ્વ-મૂલ્યની બાબતમાં છીનવાઈ જાય છે, જે તમારી નજરમાં ભયાનક છે તેમની મંજૂરીની વિરુદ્ધ છે. આ જ તેમને લાગુ પડે છે; દિવસના અંતે, તેઓ તમારા વિશે કંટાળો આપતા નથી.

લોકો તેમના પોતાના જીવનમાં સૌથી વધુ રસ ધરાવે છે. તેનો અર્થ એ નથી કે તેઓ આસપાસના લોકોને ધ્યાનમાં લેતા નથી. ઠીક છે, તેઓ આજુબાજુના લોકોમાં રસ લે છે કારણ કે લોકો તરફથી ઘણું મનોરંજન આવે છે. તેને ગપસપ કહે છે. અને આપણે સામાજિક પ્રાણીઓ છીએ. પરંતુ સમય અને સમય ફરીથી, ક્યારેય ભૂલશો નહીં, લોકોને તેમના પોતાના છીમાં સૌથી વધુ રુચિ છે. તેઓ તેમના પોતાના છી સાથે વ્યસ્ત છે. અને તેઓ સતત તેમના પોતાના છી વિશે વિચારતા હોય છે. તમે તેમના માટે મહત્વપૂર્ણ વસ્તુઓની સૂચિમાં ખૂબ, ખૂબ, ખૂબ નીચા સ્થાન પર મૂકશો, સિવાય કે તમે તેમના ભાગીદાર છો - વ્યક્તિગત અથવા વ્યવસાયિક - અથવા તેમનો મજબૂત અંગત હેતુ નથી.

જો કે, મહત્વપૂર્ણ અને શક્તિશાળી લોકોમાં તકો પ્રદાન કરવાની શક્તિ હોય છે, જે કંઈક એવી હોવી જોઈએ કે જેમાં તમને રુચિ છે જેના કારણે તમે તેમને પ્રભાવિત કરવા માંગો છો. અહીં એક સરળ નિયમ છે: તમારા વિષે તેમના ધ્યાનમાં જે પણ ગપસપ ફરે છે તેને વાહિયાત બનાવો. ગપસપ ફેંકી દેવામાં આવે છે અને દરરોજ બદલાય છે. કાયમી છાપ એવી વસ્તુઓ દ્વારા બનાવવામાં આવે છે જે તેઓ અવગણી શકે નહીં. તેથી, દેખાવ સાથે નહીં, ક્ષમતાઓથી પ્રભાવિત કરો. ક્ષમતાઓને અવગણી શકાય નહીં; જો કોઈ વ્યક્તિ આવું કરે છે, તો હંમેશાં અન્ય લેનારાઓ રહે છે.

તમારે સમજવું પડશે, લોકો કદાચ તમારી કાળજી લેતા નથી, પરંતુ તેઓ નિરીક્ષણો કરે છે. અને તેમની મંજૂરી તે ઘણા નિરીક્ષણોમાંથી એક કરતાં વધુ કંઈ નથી. તેઓ ફક્ત તમારા વિશે બેસીને વિચારતા નથી, પણ તે અવલોકન તેમના માથાના પાછળના ભાગમાં બેસે છે, તક સાથે જોડાણ બનાવવાની સંભાવના છે. અને ઇનામ તરીકેની તકો પ્રશંસા કરતા ઘણી સારી હોય છે.

પ્રશંસા તમને ક્ષણિક આનંદ આપે છે. તકો તમને જીવનમાં ક્યાંક મળે છે. તેથી સામાન્ય સમજ લાગુ કરો અને મને કહો, જે વધુ સારું છે?

નિરર્થક ધ્યાન ખેંચવા અથવા કંઇક એવું કરવા જે કંઇક તમને જીવનમાં ફાયદો કરે છે?

આને સમજવાનો પ્રયાસ કરો: કોઈ દિવસ કોઈની નજરમાં વધુ સારા થવા માટે બધા લોકો એકબીજા સાથે સ્પર્ધા કરી રહેલા લોકોના ટોળાને જોઈ શકે છે, અને તે રમતનો ભાગ ન બનવાનું પસંદ કરે છે, તે દિવસ છે જ્યારે તમે માનસિક લડાઇમાં જીત મેળવશો જીવન. તે આકૃતિ જુઓ કે તમે તેમનામાંના કોઈ વ્યક્તિને પ્રભાવિત કરવા અને તે જોવા માંગો છો, તમે જાણો છો તે લોકોની જેમ કોઈ પણ વ્યક્તિ નહીં. જો તમારી પાસે તમને તકો આપવાની શક્તિ છે, તો પછી તે તક પ્રાપ્ત કરવા માટે સક્ષમ વ્યક્તિ શું બનાવે છે તેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો. તે વ્યક્તિની સેવા આપતા સ્ક્રૂ.

પરંતુ જો તમે મુખ્યત્વે તેમની પાસેથી પ્રશંસા મેળવવા અને મંજૂરી મેળવવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો છો, તો પછી તમે તેઓ કોણ પ્રશંસા કરે છે તેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા જઇ રહ્યા છો, અને પછી કદાચ તેમની સાથે સ્પર્ધા કરો. તમે જે દિવસો સારું પ્રદર્શન કર્યું તેના પર તમારો મૂડ બગાડવાનું જોખમ લેશો, પરંતુ તેમની પ્રશંસા પ્રાપ્ત નહીં થઈ અને તેમના અનુયાયીઓ, તેમના કઠપૂતળી અને તેમની યોજનાઓ પર પ્યાદું બનવા માટે વધુ વલણ ધરાવો.

તમે **અન્યની** પ્રશંસાથી સ્વ-મૂલ્ય એકઠા કરી રહ્યા છો . તે તમારી સમસ્યાનું મૂળ છે. તમારા કરતા સારા લોકો નથી.

શું તમે ગતિશીલતા માટે લોકો પર વિશ્વાસ કરો છો?

આ તે પરિસ્થિતિનું ઉદાહરણ છે જેમાં તમે ભયાનક લોકોને મળો છો, અને પ્રેરિત છો કારણ કે તમને ખ્યાલ છે કે તમારી પાસે સ્વ-મૂલ્યનો અભાવ છે .

તમે તમારા કાર્ય અથવા અભ્યાસથી સંબંધિત કોઈ ઇવેન્ટ, સેમિનાર અથવા પરિષદમાં ભાગ લીધો તે સમય વિશે વિચારો. ત્યાં તમે એવા લોકો સાથે મળ્યા અને તેમની સાથે વાત કરી જેઓ ક્ષેત્રના નિષ્ણાંત છે, જેમની પાસે તમારી કરતાં શ્રેષ્ઠ કુશળતા અને વધુ સફળતા છે. તે તમને અપાર સંપર્કમાં આપી. જ્યારે તમે ત્યાં હતા, ત્યારે તમને લાગ્યું અને વિચાર્યું:

- હું પણ આમાં મહાન બનવા જઈશ.
- શા માટે હું આ બધામાં સખત મહેનત કરી રહ્યો ન હતો? જો હું હોત, તો હું પણ પ્રભાવશાળી હોત.

પાછા ફર્યા પછી, તમે પ્લાનિંગ શરૂ કરો છો જ્યારે તમે તમારામાં વધતી પ્રેરણાના અનુભવનો અનુભવ કરો છો, અને તમે જે બાબતોમાં તમારો સમય બરબાદ કરી રહ્યા છો તેના વિશે વિચારો છો. તમે તેમને શાપ, ટીકા અને દોષ આપવાનું શરૂ કરો. તમે તે ક્ષણે નિર્ણય કરો છો કે તમે હવે બદલાવ કરવા જઇ રહ્યા છો અને કામ પ્રત્યે ગંભીર બનશો.

અને લગભગ દસ દિવસમાં, તમે પહેલાં જે કરી રહ્યા હતા તે કરી પાછા જશો. નવા શોધાયેલા પ્રેરણા ગોન. તમે જાણો છો કે તે કેમ છે?

સારું, તે ઇવેન્ટમાં, ત્રણ બાબતો બન્યાં:

- તે રૂમમાં, તમે સફળતા અને કુશળતાની દ્રષ્ટિએ તમે જે બની શકો તેના સંસ્કરણો જોયા.
- લોકોની સાથે વાત કરવા અથવા વાત કરવા માંગતા હતા તે પ્રભાવશાળી તમે ન હતા તેથી તમારા સ્વ-મૂલ્યએ એક તીવ્ર માર માર્યો હતો. તમે કોઈ અજાણ્યા હતા જેણે પ્રભાવશાળી કેટલાક લોકો સાથે વાત કરી હતી.
- તમે એવા ઘણા લોકો સાથે મળ્યા જેઓ તે રૂમમાં દરેકની નજરમાં સક્ષમ અને ભયાનક છે. તેથી, સ્વાભાવિક રીતે, તમે તેમના દ્વારા માન્ય અને સ્વીકૃત થવા માંગતા હતા. *એક દિવસ તેઓ જાણવાના છે.*

તેથી, પ્રેરણા એ દ્વારા બનાવવામાં આવી હતી a) તમારા માટે સફળતા જોઈએ છે b) સફળતા જોઈએ છે જેથી તમે બીજાઓને બતાવી શકો કે તમે લાયક છો અને c) તમે મળેલા સફળ લોકોની મંજૂરી અને સ્વીકૃતિ જોઈએ છે.

તમારી વાહિયાત પ્રેરણાના બે તૃતીયાંશ **બહારથી** આવ્યા , અંદરથી ફક્ત એક તૃતીયાંશ . જ્યારે આ અન્ય લોકો દસેક દિવસમાં તમારું મન છોડી દે છે, ત્યારે તમારી પ્રેરણાના બે-તૃતીયાંશ આવક થયા હતા, અને તમે તે જ વસ્તુઓ કરવા પાછા ગયા હતા જે તમે પહેલાં કરતા હતા.

અને પછી તમે તમારા હાથમાં તમારા ફોન સાથે બેઠા છો, આશ્ચર્ય પામશો કે તમને હવે કેમ પ્રેરિત કરવામાં આવતું નથી.

પરિણામે, તમે આ ઇવેન્ટ્સને તમારા મનમાં ગૌરવ આપવાનું શરૂ કરો છો, તમે મળેલા લોકોને સંપૂર્ણ માણસોની જેમ રોમાંચક બનાવવાનું શરૂ કરો છો, અને તમારા જીવનમાં લોકોને વધુ ભારપૂર્વક દોષ આપો કે જેમ કે તેઓએ તમારા હાથ બાંધ્યા છે. *તે તેમના કારણે જ હું સખત મહેનત કરતો નથી.*

તમારી સમસ્યા એ છે કે તમારી પ્રેરણા **બહારથી** આવે છે , અને તમે તમારા પ્રેરણા માટે આદર્શ સ્રોત તરીકે **બહારના લોકોને** લેબલ કર્યું છે . જો તમે કંઇપણ કરવા માટે ક્રેઝી પ્રેરિત થવા માંગતા હો, તો તે કામ કરવાના સો ટકા કારણો અંદરથી આવવું પડશે. 'અન્યો' અને 'તેમને' જેવા શબ્દો 'મારા' દ્વારા બદલવા પડશે. એવું ન હોવું જોઈએ કે *હું તેમને બતાવવા માંગું છું* , પરંતુ *હું* ***મારી જાતને*** *બતાવવા માંગું* ***છું*** ; નથી *હું તેથી તેઓ પ્રભાવિત આવશે મહાન હોઈ કરવા માંગો છો,* પરંતુ *હું તેથી હું મારી જાતને સાથે સંતુષ્ટ કરી શકાય છે મહાન હોઈ કરવા માંગો છો* **.** તમારે આ શબ્દ ધ્યાનમાં રાખવો પડશે: મારી જાતને. તે તમે કોણ છો; તે એક છે જે અસરગ્રસ્ત થાય છે; અને તે જ તે છે જેનું જીવન તે છે.

જો તમે અન્ય પર આધારીત છો, તો તમે અન્ય લોકો દ્વારા પરોક્ષ રીતે નિયંત્રિત છો. અને અન્ય લોકો તમારા વિશે કંટાળો આપતા નથી.

હવે, આપણે આ કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરી શકીએ? મારા મિત્ર, બકલ અપ, અમે 'મારી જાતે' શબ્દ લઈશું અને એક નવું પાયાના સિદ્ધાંત બનાવીશું:

તમે એક રાષ્ટ્ર છો. આજથી તમારે પોતાને જોવાનું શરૂ કરવું પડશે. તમે તમારામાં એક રાષ્ટ્ર છો, અને હું તે તમને સાબિત કરવા જઇશ.

પ્રકરણ એલેવન

તમે એક રાષ્ટ્ર છો

સ્વતંત્ર બની રહ્યું છે

રાષ્ટ્ર ભાગ તરફ આગળ વધતા પહેલા, ચાલો ખાતરી કરીએ કે આપણે જાણીએ છીએ કે અમારું ઉદ્દેશ શું છે. તે એક સરળ પ્રશ્ન છે: તમે તમારા 'સ્વ' માંથી સ્વ-મૂલ્ય, મંજૂરી, સ્વીકૃતિ

કેવી રીતે કા ractશો?

આ કરવા માટે, પહેલા 'સ્વ' હોવું જરૂરી છે. આનો અર્થ એ છે કે તમારે તમારા આત્મને જાણવું પડશે. જ્યારે તમે તમારા સ્વ વિશે જાણો છો, ત્યારે તમે જાણશો કે તમારી પાસે તમારી વિશિષ્ટ ઇચ્છાઓ, ઇચ્છાઓ અને વૃત્તિઓ છે. તેમાંથી, તમે શોધી શકશો કે તમારામાં કેટલીક વસ્તુઓ છે જે દુશ્મન છે. તે અમુક ઇચ્છાઓ, તમારામાં કેટલીક વિનંતીઓ અથવા કેટલીક વૃત્તિઓ હોઈ શકે છે જે સ્વ-નુકસાન પહોંચાડે છે. મૂળભૂત રીતે, તમે જે પણ બિલ્ડ કરવા માંગો છો તેનો વિનાશ કરવા માટે તૈયાર છે.

જ્યારે તમે આ બધી બાબતો શોધી કા ,ો છો, ત્યારે તમે સમજો છો કે તમારે તેમને બોટ અપ કરવાની જરૂર છે. તમારે આ છી કાબુ કરવાની જરૂર છે. તેથી, તમે આત્મ-નિયંત્રણ બનાવો છો . અદ્ભુત લાગે છે,? તે છે. સ્વયં-નિયંત્રણ નિયમો બનાવે છે, કેટલીક નૈતિકતા સ્થાપિત કરે છે જે મુજબ તમારી ક્રિયાઓ અને પસંદગીઓ હવેથી નિયંત્રિત કરવામાં આવશે. આનો અર્થ એ કે તમે તમારા પોતાના પર નિયંત્રણ લેતા હો તે રીતે તમે તમારા પોતાના વ્યક્તિ બની રહ્યા છો. તમારી પાસે હવે નિયમો છે. તમારી પાસે નૈતિક આધારો છે જેનો તમે ભંગ કરતા નથી.

હવે, શું થયું તે વિશે વિચારો. આ ક્ષણે તમે કહો છો કે તમારી પાસે નિયમો અને નૈતિક સંહિતા છે, તમે તમારી પોતાની સત્તા બનશો. આનો મૂળ અર્થ છે: તમારા જીવનમાં પહેલીવાર, તમારો સ્વયં તમારામાં જ રહેશે. અને જ્યારે તમે આને થોડા સમય માટે ખેંચી શકો છો, જ્યારે તમે તમારા જીવનમાં નિર્ણયો અને નૈતિક સંહિતાને ધ્યાનમાં લેતા હો ત્યારે તમે આત્મ-સન્માન અનુભવો છો . દાયમ, આ છી એકસાથે આવી રહી છે. સ્વાભિમાન બદલામાં તમને લાગે કે જીવન હમણાં તમામ અધિકાર બનાવે છે. તમે જે નિર્ણય લેવા માગો છો તેના માટે તે તમને તમારા પર ગર્વ અનુભવે છે. અંતે, આત્મ-સન્માન તમને ખાતરી આપે છે કે વર્તમાન અધિકાર તરીકેનો 'સ્વ' તમારા માટે શ્રેષ્ઠ છે.

અને તે, મારા મિત્ર, આખી રમત છે - તમે તમારી ક્રિયાઓ અને નિર્ણયોના સંપૂર્ણ નિયંત્રણમાં છો. હવે, મારી સાથે રહો. જ્યારે તમે સ્વયં-નિયંત્રણ ધરાવતા નથી ત્યારે તમને શું લાગે છે ? તે ખૂબ જ વૃત્તિઓ, ઇચ્છાઓ અને વિનંતીઓ જે દુશ્મન છે તે સરળતાથી તમારા પર કબજો કરી લે છે અને સત્તા બની જાય છે. તે લોભ, વાસના, કંઈપણ હોઈ શકે છે. અને આપણે આપણી આસપાસ આ બનતું જોયું છે. ઉદાહરણ તરીકે: અશ્લીલ વ્યસન અથવા કેટલીક જાતીય પ્રથા જે તમારા સ્વસ્થ સંબંધને નુકસાન પહોંચાડે છે, અથવા પાવર-ટ્રિપ જે પરિણામોની પરવા નથી કરતી. આ ઇચ્છાઓ અને વૃત્તિઓનાં સામાન્ય ઉદાહરણો છે જે આત્મ-નિયંત્રણ દ્વારા બનાવવામાં આવે છે અને તપાસવામાં આવે છે . અને તેથી જ આત્મ-નિયંત્રણ એ તમારા માટે પોતાનો અધિકાર રહે તે સર્વોચ્ચ છે. તેના વિના, આ વાહિયાત દુશ્મનો તમારી માનસિક શાંતિનો કબજો અને નાશ કરી શકે છે.

પરંતુ તે ફક્ત આત્મ-નિયંત્રણ જ નથી, આત્મ-સન્માન પણ એટલું જ મહત્વપૂર્ણ છે. જ્યારે આત્મ-નિયંત્રણ આંતરિક રાક્ષસોની સંભાળ રાખે છે, તો આત્મ-આદર બહારના દુશ્મનોની સંભાળ રાખે છે.

આત્મ-સન્માન વિના , તમે લોકો પોતાનો અધિકાર લેવા અને તમારી સત્તા બનવા માટે તમારી જાતને ખુલ્લા છોડી દો. તમારે આના માટે ઉદાહરણો જોઈએ નહીં, તમે આ ચારેબાજુ તમારી આજુબાજુ બનતું જોયું છે: લોકો કોઈને પણ ખુશ કરવા માટે કંઇક પણ કરે છે, તેમના સ્વની અવગણના કરે છે, પોતાની ઇચ્છાઓ, યોજનાઓ, બધું. અને માત્ર પ્રેમ માટે જ નહીં, મંજૂરી, સ્વીકૃતિ અને સ્વ-મૂલ્ય માટે આ આખા વિશ્વમાં થાય છે . હા. તેથી, આત્મ-સન્માન ખાતરી કરે છે કે કોઈ પણ તમારા પોતાના મન, લાગણીઓ અને ઇચ્છાઓ પર તમારા અધિકારથી ભરાય છે.

રાષ્ટ્ર બનવું

હવેથી તમારે પોતાને જોવાની શરૂઆત કરવાની જરૂર છે:

- તમે એક રાષ્ટ્ર છો, માત્ર એક વ્યક્તિ નથી.
- અન્ય લોકો અન્ય રાષ્ટ્રો છે.

- તમારા માતાપિતા, ભાઈ-બહેન અને તમે જેને પ્રેમ કરો છો તે પાડોશી દેશો છે. જો તમારી સાથે તેમનો સારો સંબંધ છે, તો તે મહાન છે; જો નહીં, તો તમે બંને પીડાય છે.
- તમારા 'સ્વ' રાષ્ટ્રના પ્રમુખ છે.
- તમારી નૈતિક સંહિતા અને નિયમો તમારું બંધારણ બને છે. આ નિયમો રાષ્ટ્રને કયા કારણોસર નુકસાન પહોંચાડે છે તે જાણીને આવે છે. અને નૈતિક કોડ સુનિશ્ચિત કરે છે કે તમે ક્યા રેખાઓ વટાવી શકશો નહીં.

- સ્વયં-નિયંત્રણ એ સુરક્ષા બળ છે જે બંધારણમાં નિયમો અને નૈતિક સંહિતાને લાગુ કરે છે.
- આત્મગૌરવ એ તમારા રાષ્ટ્રનું સુખ અનુક્રમણિકા છે. જ્યારે આત્મ-નિયંત્રણ તેનું કાર્ય સારી રીતે કરે છે ત્યારે આ અનુભવાય છે .
- તમારામાં ઇચ્છા, વિનંતી અથવા વૃત્તિઓ જે નુકસાન પહોંચાડે છે તે આતંકવાદીઓ છે.
- તમારો અહંકાર વિરોધી પક્ષ છે. તે તમને શ્રેષ્ઠ બનવા માંગે છે, પરંતુ તે 'શ્રેષ્ઠ' શું છે તે જાણતું નથી, સિવાય કે તે એક એવો શબ્દ છે જે તમને મહાન લાગે છે. અને આને કારણે, સ્વએ અહમને શાસન કરવું જોઈએ અને ચોક્કસ પ્રોજેક્ટ્સ પર સાથે મળીને કામ કરવું જોઈએ.
- પરિણામમાંથી આત્મસંતોષ એ સમૃદ્ધિનો આનંદ માણી રહ્યો છે.

તેથી, વિદેશ નીતિ ક્યારેય બીજા કોઈને તમારા રાષ્ટ્રનો અધિકાર ન આપવી જોઈએ. પછી ભલે તે ઇચ્છાઓ હોય કે લોકો; પછી ભલે તે પ્રેમ, મંજૂરી અને સ્વ-મૂલ્ય અથવા આનંદ માટે હોય; તમારા સ્વ અધિકાર હોવો જોઈએ.

ડિપ્લોમેટીક બની રહ્યું છે

તમારી વિદેશ નીતિ તમારી મુત્સદ્દીગીરી જેટલી મજબૂત છે. તમે જીવનમાં ઘણાં લોકોને મળવા જઇ રહ્યા છો. તમે ફક્ત કોઈને પણ તમારી લાગણીઓ સાથે વાહિયાત શરૂ કરવાની મંજૂરી આપી શકતા નથી, જે ઘણું બધું થાય છે. તે કોઈની મંજૂરી માંગવાના નામે, સાથીદારો દ્વારા પસંદ કરવાના નામે અને પ્રેમના નામે થાય છે.

કેમ થાય છે? જવાબ એ અહંકાર કહેવાતી ખરેખર મૂંગી વસ્તુને કારણે છે. તમારો અહમ લોકો તમને કેવી રીતે જુએ છે, લોકો તમારા વિશે શું વિચારે છે અને તે બેને કેવી રીતે અંકુશમાં રાખે છે તેની ખૂબ કાળજી લે છે. ઠીક છે, પ્રામાણિક સત્ય એ છે કે તમે કરી શકતા નથી, લોકો તમને કેવી રીતે જુએ છે અને તેઓ તમારા વિશે શું વિચારે છે તે તમે નિયંત્રિત કરી શકતા નથી. તમારા જેવા લોકોને કેવી રીતે બનાવવું તેના પર તમે એક હજાર વિડિઓઝ જોઈ શકો છો, તો પણ તમને કેટલાક એવા મળશે જે કોઈ વિશિષ્ટ કારણોસર નહીં હોય. અને તમારી પીઠ પાછળની તેમની વાતો સ્મેક તમને ખૂબ પરેશાન કરશે. એ જ અસ્વીકાર માટે જાય છે. લોકો તમને અસ્વીકાર કરશે, અને તમારું મગજ જશે: *તમે કેવી રીતે ભયાનક સર્જનને નકારી શકો છો!*

લોકો ગમે તે વાહિયાત કરવા જઇ રહ્યા છે. તમે શું *કરો* છો અને *તમે* કેવી રીતે વિચારો છો તેના પર નિયંત્રણ રાખશો - જે તમારો એકમાત્ર લહાવો છે. તેથી, તમારા પોતાના ફાયદા માટે, તમારા અહંકારને બંધ કરવા માટે, તમારે **જવા દેવાનું** શીખવું **પડશે** . જેટલું તમે તેને માસ્ટર કરશો, એટલા ઓછા લોકો તમે તમારા વિશે શું વિચારો છો તેના વિશે કોઈ વાહિયાત વાત આપશો.

જવા દેવાને બે સરળ વસ્તુઓમાં બાફેલી કરી શકાય છે:

- તમે દરેકને ખુશ કરી શકતા નથી.
- તમે કોઈને નિયંત્રિત કરી શકતા નથી.

પૂરતું સરળ, અધિકાર? જો તમે વાસ્તવિક જીવનમાં આ સરળ પૂરતી વાતોનો અભ્યાસ કરી શકો છો, તો તમારો અહંકાર તપાસમાં આવશે. તમે ખરેખર તમારો સમય બગાડી શકતા નથી અને લોકોને ગૌહત્યા હોવા માટે દોષી ઠેરવતા આસપાસ જઈ શકો છો, કારણ કે લોકો તમારા વ્યવસાયમાંના કોઈ નથી. તમારે સમજવું પડશે કે તમારો અહમ શું કરે છે.

વાસ્તવિકતામાં જે સાચું છે તેના કરતા તમારો અહંકાર તમારા વિશે ઘણો વધુ અભિપ્રાય બનાવે છે. જ્યારે તમે તમારા વિશે ખૂબ વિચાર કરો છો, ત્યારે તમને સરળ સત્યને જોવામાં તકલીફ થઈ શકે છે. તે થાય છે કારણ કે તમારું માથું તમારી ગર્દભથી ખૂબ દૂર છે.

અહમ તમને બે સરળ સૂત્રો આપે છે: *હું કરી શકું છું* અને *તેઓ કરી શકતા નથી* .

અહીં *હું કરી શકું* તેનું ઉદાહરણ છે . ચાલો એવા લોકોને લઈએ જેમને લાગે છે કે તેઓ ગ્રહ પરના સૌથી ગરમ છી છે; તેથી, તેઓ માને છે કે, *હું ઇચ્છુ છું તે કોઈપણ વ્યક્તિને વશીકરણ અને નિયંત્રણ કરી શકું છું.*

સત્ય એ છે કે, જલ્દીથી, કોઈક વ્યક્તિ તમારા જીવનમાં ચાલશે અને તમારી યોજનાઓ અને વ્યૂહરચનાઓને ટુકડા કરી દેશે. તે સંભાવનાને કારણે થશે.

અને જ્યારે તે થાય છે, ત્યારે તમારો અહંકાર વિખેરાઇ જશે, જે તમને આ વ્યક્તિ પર ડૂબકી આપી શકે છે. તમે આવું કરી શકશો કારણ કે તમારો અહમ ફક્ત *હું જ કરી શકું તે* શીખવતો નથી , પણ: *તેઓ* પણ *કરી શકતા નથી.*

તેથી, તમે જોશો કે કોઈ વ્યક્તિ તમારા દ્વારા અંકુશમાં રહેવા માટે અસમર્થ છે, અને વિચારે છે: *તેઓ આની કેવી હિંમત કરે છે? મને પસંદ કરનારા દરેકની રીત તોડવાની તેમની હિંમત કેવી રીતે? તેઓ આ કરી શકતા નથી.*

આના માટે, અહમ ફરીથી વધુ પડતા આત્મવિશ્વાસ સાથે પ્રતિક્રિયા આપશે - *હું હજી પણ તેમને મને ગમશે. હું મારી જાતને બદલીશ. હું નવી વ્યૂહરચના અજમાવીશ.*

અને ત્યારથી શરૂ થાય છે એક સતત ચક્ર *હું તેમને નિયંત્રિત કરી શકું છું* અને *તેઓ તે કરી શકતા નથી* , ટૂંકમાં, *હું કરી શકું છું* અને *તેઓ કરી શકતા નથી* .

ભગવાન જાણે છે કે કેટલા લોકોએ તેમના જીવનના ઘણા વર્ષો આ બુલશીટમાં અટવાઈ ગયા છે તેનો નાશ કર્યો છે; આને કારણે કેટલા લોકો ભયંકર સંબંધોમાં પ્રવેશ્યા છે; કાર્યસ્થળ અથવા શાળામાં કોઈને ખુશ કરવા માટે કેટલા લોકો કંઈપણ કરી રહ્યા છે. જો તમે પણ આ ચક્રમાં ફસાઈ ગયા છો, તો તેમને જવા દો. તે તમારો મૂર્ખ અહમ છે જેણે તમને આમાં પ્રવેશ કર્યો છે. તમે મજામાં છો.

આ ચક્ર તમારી સામેની વાસ્તવિકતાને જોતા અટકાવે છે. જો તમે વાસ્તવિકતા તરફ ધ્યાન આપશો, તો તથ્યો ખૂબ સરસ રીતે મૂકવામાં આવશે. પરંતુ તમારા મૂક અહમ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા માટે આ તમે કેવી રીતે બનાવે છે તમે દબાણ રહે છે **લાગે** શું બદલે આ **સાધન** . આ વેદનાને લંબાવે છે અને બનાવે છે

તમે તેમની પાસે પાછા જતા રહો છો અથવા તેમની મંજૂરી માટે ઝંખના રાખો છો.

સત્ય એ છે કે, તમે કરી શકતા નથી અને તેઓ કરી શકે છે — અને અહીંથી જ અમે પ્રારંભ કર્યો છે. તમે બધાને ખુશ કરી શકતા નથી. તમે કોઈને નિયંત્રિત કરી શકતા નથી. તમે જે કંટ્રોલ કરો છો તે જાતે જ છે, તેથી તમારા બધા ધ્યાન ત્યાં કેમ ન મૂકશો? તમે એક રાષ્ટ્ર છે, છેવટે.

તમારો અહંકાર એક વિશ્વાસપાત્ર છે

લોકો, અને તેમાં તમને શામેલ છે, પોતાને માટે સૌથી વધુ રુચિ છે. અને તે તે જ સ્વાર્થ છે જે તમને લોકોની નજરમાં પણ રસપ્રદ અને મહત્વપૂર્ણ બનવા માંગે છે.

લોકો આવે અને જાય. તેમાંથી કેટલા તમે ખુશ રાખવા જઇ રહ્યા છો? અને આ વ્યૂહરચના કેટલા સમય સુધી ચાલશે? આખરે, જો તેઓને પોતાને માટે સૌથી વધુ રસ હોય, તો

તેઓ પોતાને વિશે જેટલું છી આપે છે તેટલું તેમને શું કહેશે? તમે માત્ર એક વ્યક્તિ છો જે તેઓ જાણે છે.

જ્યારે પણ તમને કોઈ ખરાબ કે દુ feelખ લાગે છે કારણ કે કોઈક થોડી વિચિત્ર વર્તન કરે છે, ત્યારે ચીસો કે તમારા મગજમાં જો તમારે કરવું પડ્યું હોય તો: તે તમારું મૂર્ખ અહમ્ છે. તમે, મારા મિત્ર, સારું છે. તમારી વાસ્તવિકતા તે જેવી હતી. અને વાસ્તવિકતામાં, તે વાંધો નથી. તમે લોકોને નિયંત્રિત કરી શકતા નથી, અને તમારે તે વિશે પણ વિચારવું ન જોઇએ. તમે સારું લાગે કરવા માંગો છો? વિશેષતાની વિભાવના લાગુ કરો કે જેની વિશે આપણે બીજા અધ્યાયમાં વાત કરી છે. તમે તમારી આર્થિક કમાણી કરો છો. લોકોએ તમને તે પ્રથમ સ્થાને આપવું જોઈએ નહીં. તમે તેને મંજૂરી આપી છે, તેથી હવે તેને રોકો. તમારે તમારા પોતાના સંપૂર્ણ વ્યક્તિ બનવું પડશે, તમારી જાતમાં એક સંપૂર્ણ રાષ્ટ્ર જે પોતાની સંભાળ રાખી શકે છે અને અન્ય લોકોની બદમાશોથી તે પ્રભાવિત નથી.

તેથી, પ્રશ્ન બને છે: તમે તમારી જાતને કેવી રીતે મુક્ત કરો છો? અને તમારે કોની પાસેથી ખાસ પોતાને મુક્ત કરવો પડશે? આ, ફરીથી, એક યાત્રા હશે. તમારે હીરોઝ, 'સારા' અને 'બેડ' જેવા લોકો અને લોકો માટે તમે ઘણા બધા ખ્યાલો સ્વીકારવા પડશે જે તમે ગૌરવ માટે લીધા છે. સ્પષ્ટતા વિના, પરિવર્તન મૂંઝવણથી ગ્રસ્ત છે. અને જ્યારે તમે મૂંઝવણમાં હોવ છો, ત્યારે કોઈપણ વ્યક્તિ સરળતાથી તમારો અધિકાર બની શકે છે અને તમને તેમનું અનુયાયી બનાવી શકે છે. તેમને જે કરવાનું છે તે તમને ખાતરી આપવાનું છે કે તેઓ વધુ જાણે છે, તેથી તેઓએ તમને દિશા નિર્દેશિત કરવી જોઈએ. આ એક યાત્રા છે કે જેના પર તે તમારા માટે સ્પષ્ટ થઈ જશે કે તમે પોતાને નિર્દેશિત કરવા માટે સક્ષમ છો.

ચાલો સામાન્ય રીતે તમારા વ્યક્તિગત નાયકો અને નાયકોથી પ્રારંભ કરીએ.

[અધ્યાય બે વાર]

[તમારા હીરો કા SCો]

આ હીરો કોણ છે?

તે વ્યક્તિઓ વિશે વિચારો જેની મંજૂરી તમારા માટે બધું છે. આ પ્રખ્યાત માણસો છે કે જેઓ તમારા મનમાં નિર્વિવાદ અધિકારનું સ્થાન ધરાવે છે. આ તે વ્યક્તિઓ છે જેને તમે નિરાશ કરવા માંગતા નથી. તમે તેમને જોશો ત્યારે તમે ઉત્સાહિત થશો; તેમના દરેક શબ્દ તમને શાણપણ છે; તેમની ક્રિયાઓ યોગ્ય ક્રિયાઓ છે; અને તેમની સિદ્ધિઓ અને જ્ knowledgeાન તે છે જે તમને તેમનું પાલન કરે છે.

બધી સંભાવનામાં, તમે તેમને બનવા માંગો છો. તે તમારી આંખોમાં મૂળભૂત રીતે સંપૂર્ણ માણસો છે.

આ અધિકારની આકૃતિ છે - તે પ્રોફેસર, વિભાગના વડા, માર્ગદર્શક અથવા કેટલાક ઉચ્ચ પ્રાપ્તકર્તા હોઈ શકે છે જે તમે વ્યક્તિગત રૂપે જાણો છો. તમને ખ્યાલ આવે છે.

તમે અવલોકન કરો કે તેઓ કેવી રીતે વાત કરે છે, તેઓ કેવી રીતે ચાલે છે, તેમના હાથની હલનચલન કરે છે, થોડી હરકતો કરે છે અને તેઓ જુદી જુદી પરિસ્થિતિઓમાં પોતાને કેવી રીતે ચલાવે છે. તેઓ જે પણ વાહિયાત કરે છે તેનાથી તમે હંમેશાં આશ્ચર્યચકિત રહેશો, જેથી તમે તેમની પાસેથી જે કાંઈ શીખશો તે તમારા વર્તનમાં લાવવાની કોશિશ કરો. તમારી થિયરી છે: *જો કે તેઓ કાર્ય કરવા માટે યોગ્ય વસ્તુ હોવા જોઈએ.* છેવટે, તેઓ સંપૂર્ણ માણસો છે.

ટૂંક સમયમાં, તેમના મંતવ્યો તમારા મંતવ્યો બની જાય છે, રેસ્ટોરન્ટમાં તેમનો પ્રિય ક્રમ તે વસ્તુ છે જે તમે પણ પસંદ કરો છો, તેમની સ્લેંગ તમે જેનો ઉપયોગ કરો છો તે જ છે, તેમનો

ડ્રેસ ઇન્દ્રિય સાચી રીત અથવા સુંદર પોશાક પહેરવાની રીત બની જાય છે. તેના વિશે વિચારો, જ્યારે તમે કોઈનાથી પ્રભાવિત થશો, ત્યારે તમે તેની નકલ કરવાનો પ્રયાસ કરો; હવે કલ્પના કરો કે જ્યારે તમે કોઈ વ્યક્તિથી એટલા પ્રભાવિત થાઓ છો કે તમને લાગે છે કે તેમના કરતા શ્રેષ્ઠ કોઈ નથી. તમે તેમને પોતાનો સંપૂર્ણ અધિકાર આપો. તમે તેમના અનુયાયી બનો.

આ પ્રક્રિયામાં, ત્યાં પ્રબળ સંભાવના છે કે તેમની જીવન જોવાની રીત તમારી પણ બની જાય. સમસ્યા એ છે કે જ્યારે તમને તેમના વિશે કંઈક મળતું હોય ત્યારે પણ આ બદલાતું નથી. તે થાય છે કારણ કે તમારું

તેમનું પાલન કરવામાં વિશ્વાસ એટલો મજબૂત છે કે તમે આ વિશે પોતાને ખાતરી કરો છો: *વિજેતાઓ એવું વિચારે છે* અથવા *તે જ વિજેતાઓ કરે છે.*

જો તમે તમારા પોતાના વ્યક્તિ બનવા માંગતા હોવ તો, આ પ્રથમ પ્રકારનાં લોકો છે જે તમારે તમારા મનમાં તમારે પોતાનેથી અલગ રાખવાની જરૂર છે.

આપણે હીરો કેમ પસંદ કરીએ છીએ?

જો મેં તમને કહેવાનું કહ્યું, તો તમારા નાયકોને વાહિયાત કરો; જેને તમે વિચારો છો તે તમારો રોલ મોડેલ છે. જો તે તમારી વ્યક્તિગત વૃદ્ધિ માટે જરૂરી હોય તો પણ, તે તમને સમજી શકશે? ભલે તેનો અર્થ એ નથી કે *તેઓ મારા માટે મરી ગયા છે, હું તેમનો આદર કરતો નથી, તેમના બધા વિચારો બુલશીટ છે, તેમનું તમામ જ્ bullાન બુલેશીટ છે.* પછી ભલે તેનો ફક્ત અર્થ હોય: તેમની સત્તા અને બીજું કંઇક નહીં; તમને, તે ખૂબ જ અપમાનજનક વિચાર તરીકે લાગે છે. તે વાંધાજનક હશે કારણ કે, ક્યાંક લીટી પર તમને બે ખૂબ જ શક્તિશાળી શબ્દો- 'હીરોઝ' અને 'રોલ-મ models ડેલ્સ' શીખવાડવામાં આવ્યા હતા , જેનો અર્થ એ કે સામાન્ય માણસોથી ઉપરના લોકો છે. અને જ્યારે તમે કોઈકને તે શબ્દ કહેતા ત્યારે તે તમારા માટે અસ્પૃશ્ય અને અદ્ભુત બન્યો.

તે થયું કારણ કે તે શબ્દ સંપૂર્ણ છે; આ શબ્દના અર્થ વિશે કોઈ ચર્ચા નથી. અને તે રીતે તમારા મનને ભાષા દ્વારા ચાલાકી કરવામાં આવે છે. તમારા દ્વારા અથવા સમાજ દ્વારા તેમને 'હીરો' પદવી ન સોંપાય ત્યાં સુધી તમને કદાચ તે વ્યક્તિ તરીકે કોણ છે તેના વિશે તમને શંકા હોત. તે શબ્દનો જવાબ આપ્યો કે તેઓ એક વ્યક્તિ તરીકે કોણ છે - તેઓ એક હીરો છે અથવા રોલ-મોડેલ છે. કે ખરેખર તે પ્રશ્નનો જવાબ છે? વાહિયાત નં. પરંતુ આ શબ્દમાં તે શક્તિ છે. અને તેથી જ તમે નારાજ થશો, તે એટલા માટે નહીં કે તે તે વિશેષ વ્યક્તિ વિશે છે, પરંતુ તે કોઈક વિશે છે જે તમને લાગે છે કે તે તમારો હીરો છે.

આવા સરળ શબ્દ, ખરું ને? ઠીક છે, આ રીતે તમે લોકોની ચાલાકી કરી શકો છો - સરળ વસ્તુઓ દ્વારા. કોઈ આશ્ચર્ય નથી કે મનુષ્ય વરુના નેતૃત્વ હેઠળના cattleોરની પે generationsીઓ છે.

તેથી, આપણે સૌ પ્રથમ સમજવું જરૂરી છે કે આપણે હીરોના આ બુલશીટ વિચારને પ્રથમ સ્થાને કેવી રીતે ખરીદ્યો.

જ્યાંથી અમે હીરોની આઈડિયા ખરીદીએ છીએ

સામાન્ય રીતે, તમારી પાસે માનસિકતાપૂર્વક એવું માનવાનું વલણ છે કે આ વિશ્વમાં હીરો છે; તમે એવા લોકો જોશો જેઓ 'હીરો' તરીકે સારી વસ્તુઓ કરે છે.

અને વ્યક્તિગત રૂપે, તમે લોકોને તમારા હીરો ક calલ કરો જો તમને લાગે કે તેઓ સક્ષમ અને અદ્ભુત છે.

આપણી વિચાર પ્રક્રિયામાં આ ચેપ મૂવીઝ, ટીવીથી ફેલાયેલો છે

શૌર્યપૂર્ણ દ્રષ્ટિકોણવાળા લોકોના historicalતિહાસિક હિસાબોનું નાટકીય રિટેલિંગ અને શો. ભલે તમે જાણતા હોવ કે 'હીરો' નો વિચાર સાહિત્યમાંથી આવે છે, તમે જે સ્વીકારવામાં નિષ્ફળ જાઓ છો તે છે કે તે કાલ્પનિક સાથે પણ સમાપ્ત થાય છે. અમને તે વાસ્તવિકતામાં લાવવું ગમે છે.

સત્ય એ છે કે, હીરો અને વિલનનો વિચાર ખૂબ જ રસપ્રદ અને ખૂબ જ સરળ છે. પણ ચાર વર્ષ જૂના તે નહીં અને તે દ્વારા કસીને મજબૂત રીતે પકડવું છે. એક અત્યંત બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિએ એકવાર લખ્યું હતું કે 'સત્ય ભાગ્યે જ શુદ્ધ અને સરળ ક્યારેય નથી'. આ વિચાર બંને છે.

એક એવું વિચારશે કે જેમ જેમ આપણે વૃદ્ધ થઈશું અને પરિપક્વ થઈશું, ત્યારે આપણે આવા સરળ વિચારોને આગળ વધારીશું, પરંતુ દેખીતી રીતે આપણામાંના મોટાભાગના લોકો તે કરતા નથી. તેથી, આ વિચાર 'સારા' અને 'ખરાબ' ની એકવિધ રંગની **સમજમાં** આગળ વિકસે છે . અને શંકાના સંકેત વિના, અમે આ મૂર્ખ દૃષ્ટિકોણથી બધી રીતોની બાબતોને ધ્યાનમાં લઈએ છીએ, જેમ કે:

- રાજકીય મુદ્દા: *તે ખરાબ વ્યક્તિ છે, આપણે સારા માણસો છીએ, અમને મત આપો કારણ કે અમે તમને ખરાબ લોકોથી સુરક્ષિત રાખીશું.*
- તમે મળતા લોકો પરના વ્યક્તિગત મંતવ્યો: *તે એક સારા વ્યક્તિ જેવો દેખાય છે.* તે ખરેખર આપણા પ્રથમ છાપનો પાયો છે - કોઈક કાં તો સારું છે કે ખરાબ.
- સત્તા, ખ્યાતિ અને પૈસાની રચનાઓ અંગેની તમારી દ્રષ્ટિ: *સરકાર ખરાબ છે. વૈજ્ .ાનિકો સારા છે. વ Wallલ સ્ટ્રીટ પર કામ કરતા લોકો ખરાબ છે. શિક્ષકો સારા છે. પ્રખ્યાત કલાકારો સારા છે કારણ કે તેઓ મૂવીઝ અને ટીવી શોમાં સારા લોકો ભજવે છે અને કારણ કે તેઓ કારણોને સમર્થન આપે છે.*

જ્યારે નાયકો અને ભૂમિકા-મ models ડેલો વિશે પૂછવામાં આવે ત્યારે , અમારા જવાબો હંમેશાં 'સારી' રહેવાની છબી સાથે પોતાને ચિંતિત કરે છે, એક ઇમેજ બનાવી શકાય છે તે સમજ્યા વિના - તે સાચું હોવું જરૂરી નથી.

'સારા' અને 'ખરાબ' સાથેની સમસ્યા એ છે કે તે તમને માનવ હોવાના પાસાઓથી અંધ બનાવે છે. લોકો ઘણી, ઘણી વસ્તુઓ હોય છે, પરંતુ સંપૂર્ણ અથવા સંપૂર્ણ ખરાબ ક્યારેય નહીં. તે પાત્ર જેવું જ હશે જે આપણે બાળકોમાં ફિલ્મોમાં જોયા હતા.

પરંતુ અમે હજી પણ તે માનીએ છીએ અને તે આધારે કાર્ય કરીએ છીએ કારણ કે:

- તે એક લોકપ્રિય વિચાર છે. તેથી તર્ક એ છે: દરેક જણ એવું વિચારે છે તેથી તે બરાબર હોવું જોઈએ.
- તમે એક બાળક તરીકે શીખ્યા કે સારા લોકો ખરાબ ન હોઈ શકે, અને

  ખરાબ લોકો સારા ન હોઈ શકે. દુર્ભાગ્યે, પુખ્ત વયે, તે હજી પણ તમને સમજણ આપતું રહે છે.
- તમે હજી પણ આવું જ વિચારો છો કારણ કે તમને ક્યારેય કેવી રીતે વિચારવું, પ્રશ્ન કરવું અને તપાસ કરવી તે શીખવવામાં આવતું નથી.

સોસાયટી કે 'સારા અને ખરાબ' પરના કાર્યો ડમ્બ છે

જ્યારે આપણે લોકો બરાબર કે ખરાબ તરીકે જોવાની બાલિશ દૃષ્ટિકોણથી ચાલુ રાખીએ ત્યારે શું થાય છે? પરિણામો છે:

- કારણ કે આપણે સ્વયં-મહત્ત્વના માણસો છીએ, અમે માનીએ છીએ કે આપણે પોતે સારા છીએ. આપણે બધા માનીએ છીએ કે આપણે સારા છીએ, જાહેર પ્રવચનો, વર્તન અને

વિચારધારાનું એક માત્ર સ્વીકાર્ય લાયકાત ' **સારું થવું'** બની જાય છે . જ્યારે આપણે તે કરીએ છીએ, ત્યારે આપણે અજાણતાં ટોળા બની જઇએ છીએ જે કંઇપણ ન્યાય કરે છે જે સારું નથી લાગતું, સારું નથી લાગતું અથવા કંઈ સારું લાગે છે. તેથી આપણે એવા દેખાવ પર ન્યાય આપવાનું શરૂ કરીએ છીએ જે અમને ન ગમતી હોય, જે આપણી લાગણીઓને નુકસાન પહોંચાડે છે અથવા જે ખરાબ લાગે છે તે વસ્તુઓ. જો તમને લાગે કે આપણે આક્રોશની સંસ્કૃતિમાં જીવીએ છીએ, તો આ તેનું એક કારણ છે. સારી અથવા ખરાબ બંનેનાં લેન્સમાંથી બધું જોવામાં આવે છે. ઘોંઘાટ ખોવાઈ ગઈ છે. Theંડા અર્થો ખોવાઈ જાય છે. બંને બાજુની વાર્તા ખોવાઈ ગઈ છે. લોકોનો નિર્ણય શરૂ કરવા માટે ફક્ત ખરાબ લાગવું જ પૂરતું છે. ઉપરાંત, અમે પોતાને અને અન્ય લોકોને ગોપનીયતાના ખૂણા પર ફરજ પાડીએ છીએ એવી બાબતો કરવા માટે કે જેને લોકોની નજરમાં 'સારું' માનવામાં આવતું નથી. છેલ્લે, આપણે હોંશિયાર લોકો દ્વારા ચાલાકી કરવામાં સંવેદનશીલ બનીએ છે જે સરળતાથી 'સારા' તરીકે રજૂ કરી શકે છે.

- અમે લોકોને કોઈપણ નાસ્તિકતા, ચકાસણી અથવા વાસ્તવિક ડેટા **વિના** અમારા હીરો અને રોલ મોડેલ તરીકે લેબલ કરીએ છીએ . તેમને જે કરવાનું છે તે સફળતાપૂર્વક અને સતત સારી રહેવાની છબી અમને **વેચવાનું છે** . આ ટેલિવિઝન પર લગભગ દરરોજ, મૂવીઝ દ્વારા થાય છે અને સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ્સ પર એક પાગલ રકમ થાય છે.
- સારા હોવાનો ખ્યાલ બ્રાન્ડ, લોકો, રાજકારણીઓ, નેતાઓ દ્વારા પોતાને માટે નીચેના, નફા અને શક્તિને એકત્રિત કરવા માટે જાહેર ધારણા બનાવવા માટે વપરાય છે.
- અમે અમારી **આસપાસના** લોકોને પણ હીરો અને રોલ મોડેલ તરીકે લેબલ કરીએ છીએ, તેમ છતાં તે મર્યાદિત ક્રિયાપ્રતિક્રિયા પર આધારિત છે અને અમારી પાસે તેમના વિશે કોઈ વાસ્તવિક ડેટા નથી. તે વસ્તુ જે તમારા મનમાં આવા ટાઇટલ જીતવા માટે વલણ ધરાવે છે

પ્રભાવશાળી સિદ્ધિઓ છે, જેની તમને પૂજા કરવાનો પ્રોગ્રામ કરવામાં આવ્યો છે. અને તે જ રીતે, તમે અનુયાયી બનો છો અને તે તમારા નાયકો છે.

એક વ્યક્તિ જે સારા અને ખરાબ પર કામ કરે છે તે ડમ્બ છે

તમે તમારા 'સ્વ' માટે કરી શકો છો તે સૌથી ખરાબ બાબતોમાંની કોઈને તમારો હીરો અથવા રોલ મોડેલ કહે છે. આ ક્ષણે તમે કરો છો, તે સંપૂર્ણ રીતે સંપૂર્ણ થવાની તમારી બાલિશ કાલ્પનિકતામાં ફિટ છે. તેઓ લોકો બનવાનું બંધ કરે છે પણ તમારી દ્રષ્ટિમાં કંઈક મોટું બને છે. આ ખતરનાક છે કારણ કે તે જ લોકો - લોકો છે.

સારી અને ખરાબની ખ્યાલ તમને પોતાને સંપૂર્ણ રીતે સશક્ત બનાવવા અને અન્યને સંપૂર્ણ સ્વીકારવામાં પણ અટકાવે છે. તમે કેવી રીતે પોતાને સંપૂર્ણ રીતે સશક્તિકરણ કરો છો?

તમે તમારા ગુણોને શોધવા અને માન્યતા આપીને તેમ જ તે વૃત્તિઓ કે જે તમને અને અન્યને નુકસાન પહોંચાડી શકે છે. પછી તમે તે વૃત્તિઓને સબમિશનમાં હરાવવા માટે આત્મ-નિયંત્રણનો ઉપયોગ કરો છો . અમે આ વિશે પહેલાં પણ વાત કરી છે.

સ્વ-સશક્તિકરણ એ સ્વીકારવાથી શરૂ થાય છે કે તમે જાણીને અને અજાણતાં, તમારી જાતને અને અન્યને સરળ રીતે સરળ નુકસાન પહોંચાડી શકો છો. તમારી પાસે મોટી ઇજા પહોંચાડવાની શક્તિ છે - તે તમારા માતાપિતા, તમારા મિત્રો, ભાગીદાર અથવા જાતે જ હોઈ શકે છે. જ્યાં સુધી તમે માનો છો કે તમે સારા છો ત્યાં સુધી તમે આ સ્વીકારી શકતા નથી. અને આપણામાંના મોટા ભાગના લોકો માને છે કે, તમારા મિત્ર સહિત, તમે તેને સ્વીકારવા માંગતા હો કે નહીં. તમે તમારી વાર્તાના આગેવાન છો, તમે કેમ સારા નથી માનતા?

કારણ કે આપણે માનીએ છીએ કે, જવાબદારીમાંથી છટકી જવા માટે આપણે દોષી ઠેરવવા, તર્કસંગત બનાવવું, શક્ય હોય ત્યાં સુધી નકારમાં જીવવાનું શરૂ કરીએ છીએ. અને કેમ નહીં? ખરાબ કામો કરવાનો અર્થ છે લોકોની શરમ, અપમાન અને ચુકાદાઓને આમંત્રણ. કોણ આ વાહિયાત માંગે છે? અને તમારી જાતને તેજી આપવા માટે માનસિક કુશળતા ધરાવતા હોવાથી, તમે તેમને દોષી ઠેરવવા અને ન્યાયી ઠેરવવા માટે કેમ નહીં વાપરો?

સૌથી મોટી સમસ્યા એ છે કે: જ્યારે આપણે સારું કરવું ત્યારે શું અપેક્ષા રાખવી તે આપણે **જાણીએ** છીએ. આપણને સકારાત્મક લાગે છે અને લોકો તરફથી સ્વીકૃતિ અને પ્રેમ મળે છે.

જ્યારે આપણે આપણી જાતને 'ખરાબ' તરીકે જુએ છે ત્યારે શું કરવું જોઈએ તે વિશે અમને **કોઈ** વિચાર નથી. તમારી પાસે ક્યાંય જવું નથી કારણ કે તમને આની પ્રક્રિયા કેવી રીતે કરવી તે ક્યારેય શીખવવામાં આવ્યું ન હતું. તમે ભાગ્યે જ ક્યારેય ધ્યાનમાં લો કે તમે તમારી જાતને અન્ય વ્યક્તિના જૂતામાં મૂકીને કંઇક ખરાબ કર્યું હશે.

ના, તમે તરત રક્ષણાત્મક પર જાઓ, કારણ કે 'તમે સારા છો', જે તમારે હવે સાબિત કરવું પડશે. અને પ્રથમ આવેગ તરીકે જે આવે છે તે છે **ડિફ્લેક્શન** :

મેં કંઈપણ ખરાબ કર્યું નથી, તેઓ તેને લાયક છે. મેં કંઈપણ ખરાબ કર્યું નથી, કારણ કે તેઓએ ભૂતકાળમાં જે રીતે ઉપયોગ કર્યો હતો તે જ રીતે મારી સાથે વર્તવાનું બંધ કર્યું. હું ગયો ન હતો

કંઈપણ ખરાબ, તે વિશ્વ કેવી રીતે કાર્ય કરે છે - પ્રકૃતિ, બાળક. મેં કંઈપણ ખરાબ કર્યું નહીં, તેઓએ પણ મારી વિશે કાળજી લીધી નહીં. મેં કંઈપણ ખરાબ કર્યું નથી, હું ફક્ત મારી જાતને, મારા લોકો માટે, મારા રાષ્ટ્રને શોધી રહ્યો છું, તે ભાવિ પે ofીના વધુ સારા માટે છે.

તે ક્લસ્ટરફકને કારણે ઉપર સમજાવ્યું છે કે આપણે આપણું સ્વ શોધવાની શક્યતા બંધ કરી દીધી છે. તેના બદલે, અમે સારા દેખાવા માટે, શક્ય તેટલું બનાવટી બનવા માંગીએ છીએ, અન્ય લોકો અને સમાજ દ્વારા સ્વીકારવામાં આવશે. આમ કરવાથી, અમે અન્ય લોકો માટે પોતાને સંપૂર્ણ રીતે ખોલી શકે તેવી શક્યતા પણ બંધ કરીએ છીએ. આવું થાય છે કારણ કે આપણે એસોલ્સનો જજ બનીએ છીએ, જેના ધોરણો સમાજ માન્ય કરે છે તેના કરતા ઓછું નથી.

ત્યાં કોઈ હીરો નથી, ફક્ત લોકો છે

ત્યાં કોઈ હીરો નથી, સારા લોકો નથી, ખરાબ લોકો નથી - આ મૂર્ખ છે, વધારે સમજદાર દ્રષ્ટિ છે. અમે વિવિધ પ્રકૃતિના કૃત્યો કરવા માટે સંપૂર્ણ રીતે સક્ષમ છીએ, વિવિધ વ્યક્તિગત પ્રેરણાઓ માટે વિવિધ જોખમોની સંડોવણી સાથે જુદા જુદા સમયે વિવિધ પરિસ્થિતિઓમાં નૈતિકતાથી લઈને દુષ્ટ સુધીની. તમારે સ્વીકારવું પડશે કે લોકો દોષરહિત માણસો છે; આપણે સ્વાર્થી વૃત્તિઓ, જૈવિક અરજ, આપણા આવેગ અને અહંકારથી ચાલતા વૃત્તિનું મિશ્રણ છીએ . આપણા યુગના શક્તિશાળી ફિલસૂફ, માઇક ટાઇસનના શબ્દોમાં, 'આપણે માણસો બનવાનો પ્રયત્ન કરી રહેલા પ્રાણીઓ છીએ.' તે આપણા બધા માટે ધીરે ધીરે સંઘર્ષ છે . જો, તે જ દિવસે, તમે એક સારી વસ્તુ અને એક ખરાબ કાર્ય કરો છો, તો તે તમને શું બનાવે છે? તે તમને માનવ બનાવે છે.

જ્યારે તમે લોકોને સારા કે ખરાબ તરીકે જોવાનું બંધ કરો છો, ત્યારે તમે અપેક્ષા કરો છો કે દરેક માણસ હોય. આનો અર્થ એ છે કે તમે એવું જાણીને આંચકો અનુભવશો નહીં કે કોઈક કે જેણે બધા સરસ, સૌમ્ય અને માયાળુ દેખાતા હતા, તેણે લોકો માટે ખરાબ વર્તન કર્યું છે. તમે શોધી શકશો કે તમે જે માણસ માન્યો છે તે મહાન અને બુદ્ધિશાળી છે તે તેની પત્ની પ્રત્યે બેવફા છે, તેની મહત્વાકાંક્ષાઓ ઉમદા નથી, પરંતુ લોભથી ઉશ્કેરવામાં આવે છે, અથવા તે યુવાન મહિલાઓને ખોટી આશાઓ અને વચનો આપીને તેમને ફસાવવા માટે તેની શક્તિનો ઉપયોગ કરે છે - તે બધુ થાય છે વિશ્વભરમાં.

કે તમને એ જાણીને આઘાત લાગ્યો છે કે કેટલાક સંપૂર્ણપણે અજાણ્યા વ્યક્તિ બ્રોડકાસ્ટ કર્યા વિના ઉદારતાથી દયાળુ વર્તન કરે છે કે તે / તેણી કેવી આકર્ષક છે. અને તે કરવાથી તેઓ પણ નાયક બનતા નથી.

તમે લોકોને લોકો તરીકે જોવાનું શરૂ કરો અને તેમની પાસેથી અણધારી અપેક્ષા રાખો. એકવાર તમે આ તંદુરસ્ત નાસ્તિકતા વિકાસ, તમે વચ્ચે હકીકત એ છે કે તમે રહો છો અને કામ પરિચિત બની **લોકો** -neither સંપૂર્ણપણે સારી કે સંપૂર્ણપણે ખરાબ. તમે દયા અને દયાની કૃત્યોની કદર કરવાનું શીખો છો જ્યારે તેઓને દેવતાના શીર્ષક આપ્યા વિના. તમે આવું કરો છો કારણ કે તમે સમાન વ્યક્તિને ઓળખો છો

અન્ય લોકો માટે સ્વીકાર્ય, યોગ્ય અથવા સંવેદનશીલ નહીં હોય તેવી રીતે કાર્ય કરવાની વૃત્તિ હોઈ શકે છે.

અહીં એક ઉદાહરણ છે: તમારી પાસે officeફિસમાં એક સાથીદાર છે જે તમારા કાર્યમાં તમને મદદ કરવા માટે તેમના માર્ગની બહાર જાય છે. આ માટે, તેઓની તમારી પ્રશંસા અને કૃતજ્ havetા છે. હવે પસંદગી હોઈ શકે છે:

- તેમને એક સંપૂર્ણ 'સારા' વ્યક્તિ તરીકે જોવા માટે, જેનો અર્થ છે કે તેઓ તમારી નજરમાં એકંદરે ઉદાર અને સારા છે. હવે યાદ રાખો, 'સારા' શબ્દનો અર્થ તેઓ વિશ્વાસપાત્ર છે. (ધારણા.)
- અથવા ખાલી તેમને એવી વ્યક્તિ તરીકે જોવા માટે કે જે તમને મદદ કરી રહ્યું છે, જેના માટે તમે આભારી છો. પરંતુ તેમનો તમારો વિશ્વાસ એ હકીકત સુધી મર્યાદિત છે કે તેઓ તમારી પાસેથી કોઈ પણ બદલામાં કોઈ અપેક્ષા લીધા વિના તમને મદદ કરશે, કારણ કે આનો તેમનો તમારો અનુભવ અત્યાર સુધી રહ્યો છે. (ડેટા.)

જ્યારે તમે તેમને કોઈ એવા વ્યક્તિ તરીકે જોશો જે ફક્ત તમારી સહાય કરે છે, ત્યારે તમે ઓળખો છો કે તમે તેમને એક વ્યક્તિ તરીકે સંપૂર્ણપણે ઓળખતા નથી. તમે જાણો છો કે તેઓના ઉદ્દેશ હેતુ હોઈ શકે છે અને જ્યાં સુધી તેમના વિશે વધુ જ્ knowledgeાન પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી તમે તેમના વિશે તમારા મંતવ્યો રચતા નથી. દરમિયાન, તમારી પાસે જે છે તે શબ્દોમાં તેમની સહાયને પુરસ્કાર આપવાની પસંદગી છે, કોઈ હાજર છે અથવા જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે મદદ કરશે.

હવે જણાવી દઈએ કે તેઓના ઉદ્દેશ હેતુઓ છે, જો તમે તેમને સારા વ્યક્તિ તરીકે વિચારતા હો જેના પર તમે વિશ્વાસ કરી શકો છો, તો માત્ર તમને આંચકો લાગશે જ નહીં, પરંતુ તેમની મદદ લીધા માટે તમને દોષિત ઠેરવવાની શક્તિ પણ તેઓ મેળવી શકે છે. જ્યારે આવું કંઇક થાય છે, ત્યારે તમારી પાસે એકમાત્ર પસંદગી બાકી છે કે હવે તેઓને ખરાબ વ્યક્તિ તરીકે જોવામાં આવે - જે ફરીથી વાહિયાત તરીકે મૂર્ખ છે. ખરાબ એ તમારા મનમાં એક નકારાત્મક શબ્દ છે. અને જો તમે કોઈ ખરાબ વ્યક્તિ જેની સાથે તમે તમારા કામનું વાતાવરણ શેર કરી રહ્યાં છો, તો તે નકારાત્મક વાતાવરણ બની જાય છે કારણ કે તે ત્યાં યોગ્ય રીતે વાહિયાત છે.

પરંતુ જો તમે તેમને શરૂઆતથી જ માનવી તરીકે જોતા હો, તો તમે તેમના હેતુઓ વિશે જાણીને આશ્ચર્ય પામશો નહીં, કારણ કે માથાના પાછળના ભાગમાં, તે સંભાવના હંમેશા અસ્તિત્વમાં છે. તેથી, તમે કોઈપણ દૃશ્ય માટે તમારી જાતને તૈયાર કરી હોત. તમે કોઈ પણ પરિસ્થિતિ માટે તૈયાર છો જેમાં તેઓએ તેને વિચિત્ર બનાવ્યું હતું અથવા તમારી સાથે થોડો સંદિગ્ધ પ્રયાસ કર્યો હતો. તે સ્પષ્ટતા ફક્ત ત્યારે જ આવી શકે છે જ્યારે તમે ખરાબ અને સારાની ધારણાને દૂર કરો અને લોકોને ફક્ત લોકો - તે બધા તરીકે જોવાનું શરૂ કરો . જ્યારે તમે આના જેવો વિચાર કરો છો, ત્યારે માત્ર તમે જ લોકોના હેતુઓ વિશે વધુ જાગૃત છો, તમારા તર્કથી તમારી નિષ્ક્રીય ધારણાઓને કાળજીપૂર્વક નિયમન કરવામાં આવે છે, અને તમે તમારી જાતને એવી સ્થિતિમાં રાખો છો કે જે કોઈના હેતુઓને તમારા પર કામ કરવાની તક આપતું નથી.

જ્યારે તમે લોકોને સારા કે ખરાબ તરીકે જોવાનું બંધ કરો છો, ત્યારે તમે જે ઇચ્છો **છો** તેના સંદર્ભમાં તેમની તરફ ધ્યાન આપવાનું શરૂ કરો **છો** .

ચાલો રોલ મ modelsડેલોનું ઉદાહરણ લઈએ. કહો કે તમે એવી વ્યક્તિને મળ્યા છે જે અનુભવી છે, એક એવી પ્રાપ્તિ કરનાર જે તમારી કારકીર્દિમાં મદદ અને પ્રભાવિત કરવાની શક્તિ ધરાવે છે. તમારે તેમનું માર્ગદર્શન જોઈએ છે; ખરેખર, તમે જેટલી સહાય મેળવી શકો તે જોઈએ છે.

જ્યારે તમને ખ્યાલ આવે છે કે ત્યાં કોઈ નાયકો નથી, ફક્ત માણસો છે, તો તેઓ તમારી નજરમાં ફક્ત લોકો જ રહે છે. તેમને આદર્શ આપવાની, મૂર્તિપૂજા કરવાની અથવા હીરો તરીકે રોમેન્ટિક બનાવવાની પ્રક્રિયા અટકે છે. અને તેની સાથે, તમે તેમને નૈતિકતાના બખ્તર આપવાનું બંધ કરો. *તેઓ જે કરે છે તેના પર તેઓ પ્રભાવશાળી છે, તેથી તે મારા હીરો છે, તેથી તેઓ* ***સારા છે*** . તે કોઈ અર્થમાં નથી, પરંતુ અમે આના જેવા ઘણા વિચારીએ છીએ.

જ્યારે તમે આ બંધ કરો છો, ત્યારે તે દરેક અન્ય વ્યક્તિની જેમ બની જાય છે. તમે તેમને સંપૂર્ણ માણસોને બદલે ખામીયુક્ત લોકો તરીકે જોવાનું શરૂ કરો. તેથી, તમારું ધ્યાન તેમની ક્ષમતાઓ અને તમે તેમની પાસેથી શું મેળવી શકો છો વચ્ચેના સંબંધ પર રહે છે. તમે તેમના અનુયાયી ન બનો. તમારી વર્તણૂક તમારા સિદ્ધાંતો, આત્મ-નિયંત્રણ અને આત્મ-સન્માન સાથે કોઈ સમાધાન વિના તેઓ શું આપી શકે છે તેની અપેક્ષાઓ દ્વારા માર્ગદર્શન આપે છે . પરિણામે, તેઓ તમારા મનમાં સત્તા બનતા નથી - તમારું **સ્વ** તે સ્થાન જાળવી રાખે છે.

અંતે, જ્યારે તમે લોકોને લોકો તરીકે જુઓ છો, ત્યારે તેઓ કોણ છે તે શોધવા માટે તમે ડેટા પર વિશ્વાસ કરો છો. તેઓ તેમના દ્વારા છાપ બનાવે છે અથવા લોકો તેમની આસપાસ કેવી રીતે વર્તે છે તેની તમારે પરવા નથી. ઉદાહરણ તરીકે, જો તમને કંઈક તમને ગમતું ન મળે, તો તે તે વ્યક્તિ વિશેના **વાસ્તવિક ડેટા** પર આધારિત છે — તેઓએ એવું વર્તન કર્યું છે જેની સાથે તમે તમારી જાતને સાંકળવા માંગતા નથી. તેમને 'સારા' તરીકે સ્પષ્ટપણે લેબલ લગાવવામાં સમસ્યા એ છે કે તમે તેમની પાસે કોઈપણ સંભવિત હેતુઓ હોય તેવી બધી શક્યતાઓને બંધ કરો જેના માટે તેઓ તમને મદદ કરી શકે. જ્યારે તમે તેમને કોઈ વ્યક્તિ તરીકે જુઓ છો, ત્યારે તમે ઓળખો છો કે તમે તેમને સંપૂર્ણપણે ઓળખતા નથી. તેથી, જ્યાં સુધી તેમના પર વાસ્તવિક ડેટા પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી તમે કોઈ મંતવ્યો બનાવતા નથી. માઇક ટાઇસનને ફરીથી ટાંકવા માટે: તમે લડતા દરેક વ્યક્તિ તમારા દુશ્મન નથી અને જે તમને મદદ કરે છે તે તમારો મિત્ર નથી.

ત્યાં કોઈ હીરો નથી, ફક્ત હિરોઇક ક્રિયાઓ છે

કોઈ હીરો નથી. ત્યાં પરાક્રમી ક્રિયાઓ છે. હીરો બનવાની આ અપેક્ષા **તમારા દ્વારા** લોકો પર **કરવામાં આવે છે** .

એવી અપેક્ષા છે કે કોઈપણ સમજદાર વ્યક્તિ પોતાને માટે ભાગ્યે જ પસંદ કરશે. હીરો બનવાનું બિરુદ ખૂબ જ સરળતાથી વ્યક્તિનું જીવન બરબાદ કરી શકે છે, કારણ કે તે અપેક્ષા સાથે આવે છે કે તેમની બધી ક્રિયાઓ, તેના બધા નિર્ણયો અને સંબંધો

અને તેમના ભૂતકાળ અને વર્તમાનમાંની પ્રત્યેક વર્તણૂક શુદ્ધ અને સારી હોવી જોઈએ. તેમના ભૂતકાળના

કોઈપણ દાખલા જે લોભી, સ્વાર્થી,

, અજ્ઞાની પૂર્વગ્રહવાળું અથવા લંપટ વ્યક્તિ-લક્ષણો કે **લોકો** માટે જાણીતા છે છે કરી શકે છે માત્ર હીરો તેમના શીર્ષક ઉતારવું, પરંતુ તેમના જીવનના બાકીના સમય માટે તેમને બદનામ. એકવાર તમે કોઈ વ્યક્તિને હીરો ક callle કરો છો, તો તેઓ હવે માનવી બનવા માટે ગેરલાયક ઠર્યા છે.

આપણે શૌર્યપૂર્ણ ક્રિયાઓની પ્રશંસા કરવી જોઈએ, તેમને પ્રોત્સાહન આપવું જોઈએ અને ઉજવણી કરવી જોઈએ; આપણે તેમને આપણા જીવનમાં સમાવિષ્ટ કરવાની ઇચ્છા રાખવી જોઈએ. પરંતુ અમે લોકો છે, અને જેમ કાર્ય માટે તે લોકો છોડવી જોઈએ people- *કે એક મહાન વસ્તુ તેઓ શું કરી રહ્યા છે, હું ખરેખર પ્રશંસક તેને-* અને તમે જે વસ્તુઓ વિશે પાસે કોઈ ડેટા નથી સંબંધિત તમારા મૂક અપેક્ષાઓ અને ધારણાઓ થી ફાજલ વ્યક્તિ.

આશા છે કે, હવે તમે તમારો અધિકાર લોકોને સોંપશો નહીં કારણ કે તેમની પાસે શક્તિ અને જ્ with ાનથી તમને પ્રભાવિત કરવાની ક્ષમતા છે. તમારા પોતાના રાષ્ટ્ર પર તમારી સત્તા રાખો.

હવે, તે લોકો વિશે શું તમે માનો છો જે માનવતાના હીરો અને બચાવકર્તા છે? ચાલો તેમના વિશે પણ વાત કરીએ.

અધ્યાય ત્રીસ

એડમિર, અનુસરો ક્યારેય

તમે અનુસરો સચોટ લોકો વિશે શું?

તમારા નાયકો લોકો છે. આનો અર્થ થાય છે કે ભલે તે કેટલા આકર્ષક, પ્રભાવશાળી, કમાન્ડિંગ, શ્રીમંત, પ્રખ્યાત, પ્રખ્યાત અને આદરણીય હોય, તેમની પાસે પણ તમારી જેમ જ ભાવનાઓ અને ભૂલો છે.

તેઓ પણ બધાંની જેમ રડે છે, કૂતરી અને વિલાપ કરે છે. તેઓ પણ ઘણી બાબતો કરવામાં સંઘર્ષ કરે છે અને નિરાશાઓનો સામનો કરે છે. તેઓ પણ આંતરિક રાક્ષસો છે. તેઓ પણ આશ્ચર્ય કરે છે: દરેક વસ્તુનો અર્થ શું છે? અને તેમની સિદ્ધિઓ પર સવાલ કરો. તેમને પણ પસ્તાવો થાય છે, કાશ તેઓ કંઇક અલગ રીતે કરી શક્યા હોત અને ભૂલો કરી શકતા હોત. તેઓ બધા પછી મનુષ્ય છે, નથી?

તે કાં તો તમારા દ્વારા સંપૂર્ણ માણસો તરીકે કલ્પના કરવામાં આવે છે અથવા સ્વ-પ્રમોશન દ્વારા, સંપૂર્ણ માણસો તરીકે તમને જાહેરાત કરવામાં આવે છે , તેમના વિશે શું લખ્યું છે અને જે લોકો તેનું પાલન કરે છે. તમે જાણો છો, આમાંના ઘણા 'સંપૂર્ણ લોકો' પાસે કંપનીઓ અને ફાઉન્ડેશનો છે જે ફક્ત વધુ અને વધુ અનુયાયીઓની ભરતી પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે છે. અને આ રીતે આપણે પ્રબુદ્ધ **સંપૂર્ણ** માણસો બનાવીએ છીએ . તેમનું પૂર્ણતા કાં તો તમે તેમના વિશે સાંભળેલી વાર્તાઓ, તેમના અનુસરણની વિશાળ સંખ્યા, અથવા તેમના ભાષણો દ્વારા તમારા પર પડેલી અસર પર આધારિત હોઈ શકે છે.

તેથી, તમે આમાંથી કેટલાને અનુસરો છો? અહીં સત્ય છે: કોઈ પણ સંપૂર્ણ નથી.

પરંતુ, અલબત્ત, તમે આ પહેલા આમાંથી એક 'પ્રબુદ્ધ' પ્રાણી સાંભળ્યું હશે. અને જ્યારે તમે આ સાંભળ્યું, તમે તેમને વિધાનમાંથી બાકાત રાખ્યું, કારણ કે જો તે બધા લોકો જેવા હોત, તો તેઓએ તમને કહ્યું ન હોત કે કોઈ પણ સંપૂર્ણ નથી; તેથી, તે તેમના પર લાગુ પડતું નથી, *યા, હું ખૂબ હોશિયાર છું, મારે તેમને સંપૂર્ણ રીતે અનુસરવું જોઈએ.*

કોઈ યોગ્ય નથી.

પરંતુ તે લોકો વિશે શું કે જેઓને તમારી બધી સમસ્યાઓનું સમાધાન લાગે છે? સમસ્યાઓ જે તેમને સામાન્ય છે, ફક્ત તે જ

સામાન્ય લોકો સાથે દરરોજ વ્યવહાર કરવો પડે છે? કોઈ યોગ્ય નથી! તેમને પણ નહીં.

બરાબર છે, પરંતુ આપણા પૂર્વજો, સ્વતંત્રતા સેનાનીઓ, લેખકો, વૈજ્ ?ાનિકો, શોધકો, દાર્શનિક અને મહાન historicalતિહાસિક વ્યક્તિઓનું શું છે જેમણે ભાવિ પે freedomી માટે સ્વતંત્રતા, સમાનતા અને ન્યાયનો માર્ગ મોકળો કર્યો છે? જેમણે હાનિકારક પ્રથાઓને રદ કરી, અજ્oranceાન, પૂર્વગ્રહ અને જુલમ સામે લડ્યા? શું આપણે માનીશું કે તેઓ મહાન, સંપૂર્ણ પુરુષો અને સ્ત્રીઓ નહોતા? શું નવા જમાનાની શોધ, તકનીક અને પ્રગતિના અગ્રણીઓ સંપૂર્ણ ઉદાહરણો તરીકે અનુસરવા યોગ્ય નથી? તે પણ જેઓ અહિંસાના સિદ્ધાંતો અને સંપૂર્ણ સમાવિષ્ટતા સાથે દોરી જાય છે ?

ના, તેમાંથી કોઈ પણ સંપૂર્ણ નહોતું. તે પુષ્કળ ભૂલો ધરાવતા બધા લોકો હતા. અને તમારે ક્યારેય તેમનું અથવા કોઈનું અનુસરણ કરવાનો વિચાર ન કરવો જોઈએ, કારણ કે 'ફોલો' શબ્દમાં અનુકરણ અને તેમના જેવા બનવાની ઇચ્છા આવે છે. અને તમે બદલી શકો છો અને બની શકતા નથી કે તેઓ કોણ છે ફક્ત એટલા માટે કે તમે ઇચ્છો. તે એવું કામ કરતું નથી. તમે કોણ છો તે રહેશો, તેથી તેના સંપર્કમાં આવો અને તેના પર કાર્ય કરો તે વધુ સારું છે. તમે જે કરી શકો છો તે તે છે કે તમે તેમના વિશે જેની પ્રશંસા કરો છો અને તે તમારા વર્તન અને વિચારમાં પણ લાવવાનો પ્રયાસ કરો. તમે આત્મ-નિયંત્રણની મદદથી પ્રયાસ કરી શકો છો .

તમારે જે માટે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ તે આનું મિશ્રણ છે:

- તમે કોણ છો, જે તમારા 'સ્વ' ને સત્તા આપીને આવે છે.

- અને તમે તેમના વિશે જેની પ્રશંસા કરો છો.

તેમ છતાં કોઈકને અનુસરવાની જરૂર પ્રશંસાથી આવે છે, તેમ કહેતામાં ઘણો ફરક છે: *હું તેમનું પ્રશંસક કરું છું* અને *હું તેમનું પાલન કરું છું* .

તે કોઈકનું સંચાલન કરવા માટે શું કહે છે

જ્યારે તમે કહો છો કે તમે કોઈની વિશે કંઇક પ્રશંસા કરો છો, ત્યારે તમે તમારા મગજમાં કઈ અપીલ કરે છે તેના તરફ બરાબર નિર્દેશ કરો છો. તમારું ધ્યાન તમારી પ્રશંસાના **સ્રોત** પર રહે છે , જે તેમની ક્રિયાઓ, માન્યતાઓ, સર્જનાત્મકતા અથવા તેમની બુદ્ધિ હોઈ શકે છે.

પ્રશંસાનો અર્થ પણ એ હોઈ શકે છે કે તમે તે સ્રોતમાંથી પ્રેરણા લો, જેનો અર્થ એ કે તેમનું કાર્ય તમારા માટે સંદર્ભનો મુદ્દો છે, તમે ક toપિ કરવા માંગો છો તેવું નહીં. તમે કોઈકના કામથી પ્રેરિત થઈ શકો છો અને તમારું કંઈક બનાવવાનું ચાલુ રાખી શકો છો. લોકો તે કરતા વધુ વખત કરે છે.

અંતે, જ્યારે તમે કોઈક વિશે કંઇક વખાણ કરો છો, ત્યારે તમે મુક્ત છો

તમારી જાતને બીજી બધી બાબતોથી દૂર કરો પરંતુ તે પાસાઓ જે પ્રશંસાનું કારણ બને છે. તમારે તેમના અનુયાયીઓ બનવાની જરૂર નથી.

તે કોઈને અનુસરો માટે શું કહે છે

જ્યારે કોઈ તમારા હીરો હોય, ત્યારે તમે તેમના અનુયાયી હોવાની આવશ્યક્તાને સ્વીકારો છો. તે મેન્ટલ સાથે હવે તે સાબિત કરવાની જવાબદારી આવે છે કે જ્યારે કોઈ તમારી સાથે અસંમત થાય અથવા તેમનો હુમલો કરે ત્યારે તેઓ શા માટે તેનું પાલન કરવામાં અને તેમને બચાવવા માટે યોગ્ય છે. તમે વિચારશો, *મારે કોઈનો બચાવ કરવાની જરૂર નથી, તે મારી પસંદગી છે, હું જેને ચાહું તેનું પાલન કરીશ.*

તે બુલશીટ છે. સાચી વાત એ છે કે હવે તેમને અનુસરવાની તમારી પસંદગી તમારી બુદ્ધિને રજૂ કરે છે. અને તેમનો બચાવ કરવામાં નિષ્ફળતા તમને મૂર્ખ જેવું લાગે છે.

એવા બધા લોકોનો વિચાર કરો જેને તમે તમારા રોલ મ modelsડેલ્સ તરીકે ક callલ કરો છો. જ્યારે કોઈ તેમની ટીકા કરે છે, ત્યારે તમે બધુ જ મીઠું કરો છો અને તેમનો બચાવ કરવાની જરૂરિયાત અનુભવો છો. પરંતુ જ્યારે તેઓ તેમના વિશે કેટલીક માહિતી બહાર કા .ે છે ત્યારે તે નૈતિક પાત્રનો અભાવ દર્શાવે છે, આ આંકડાઓનો બચાવ કરવો મુશ્કેલ બની જાય છે. સાચી વાત તો એ છે કે તમે પોતે જ કોઈક સમયે તમારા નાયકો વિશે તેમના વિશે કેટલીક વિગતો શીખીને પૂછપરછ કરી હતી જે ખૂબ જ માનવ-હિંમતવાન હતા, ખૂબ હીરો જેવા નહોતા . પરંતુ કારણ કે હીરો-આકૃતિની આભા તમારા માથામાં ખૂબ મોટી થઈ ગઈ છે, તેથી તમે શંકાને એકવાર અને બધા માટે બંધ કરવા માટે સંપૂર્ણ ઇનકાર અથવા કેટલાક કોકમામી બુલશીટ સમજૂતી પસંદ કરી છે.

આ જ historicalતિહાસિક વ્યક્તિઓને લાગુ પડે છે. તેની તીવ્ર અસર થવા માટે તે તમારા નાયકો છે. પરંતુ જ્યારે તમે તેમના જીવન વિશે અસ્પષ્ટ તથ્યો શીખો છો ત્યારે શું થાય છે? કદાચ તેઓ ઘણી યુવતીઓ સાથે બહુવિધ બાબતો ધરાવતા હતા; કદાચ તેઓએ તેમની પત્નીઓ સાથે છેતરપિંડી કરી; અથવા તેઓએ કોઈ વિચાર ચોરી કરી; અથવા તેઓ લોકોના જૂથ પ્રત્યે પૂર્વગ્રહયુક્ત હતા; અથવા તેઓ હિંસક હતા.

શું આમાંથી કોઈ પણ તથ્ય તેમની વીરતા અથવા અવિરત સર્જનાત્મકતાના કાર્યોને નકારી કાateે છે? તમે એક નાનપણમાં શીખ્યા તે સંપૂર્ણ નૈતિક હીરોના વિચારનો વિરોધાભાસ છે? તે જે ચોક્કસપણે કરે છે તે તમારા મનમાં હીરો પછી એક પ્રશ્નાર્થ ચિન્હ મૂક્યું છે, કારણ કે તેમના માટે તમારી પ્રશંસા હોવા છતાં પણ તે તથ્યો તમારી સાથે વાહિયાત છે - એવા તથ્યો જે તેમને માનવીય બનાવે છે. અને કોઈપણ સમયે જ્યારે તમે તેમની મહાનતા વિશે ચર્ચા કરો છો અને કોઈ તેમને લાવે છે, તો તમે શાંત થાઓ છો, તમારી કથા અલગ પડી જાય છે.

તમે સાબિત કરવા માંગો છો કે તેઓ હીરો છે, જ્યારે તેઓ બધાં માનવી છે, તેમની માન્યતાઓમાં થોડો વધારે વિશ્વાસ અને ડ્રાઇવ જે તેમને તે મહાન ક્રિયાઓ કરવા દોરી જાય છે.

તમે કોઈ પણનું પાલન કરવાની જરૂર નથી

તમે તેમની અસાધારણ કૃત્યો એક ચાહક અને તેમની પ્રતિભા છે, ઉત્પાદનો છે **નથી** તેમના જીવન. તફાવત કરવાનું શીખો. તમારી પાસે જે છે તે તેમના જીવન માટે મોહ છે. તેમની સિદ્ધિઓ વિના, તમે તેમના નામ પણ જાણતા ન હોત. શા માટે તેઓ એકલા તે કાર્યો માટે પ્રશંસા કરતા નથી! જો આપણે ફક્ત કૃત્યોને ઉદ્દેશ્યથી જોતા હોઈએ તો, લગભગ દરેક જણ સર્વસંમતિથી સંમત થશે કે તેઓ વખાણવા યોગ્ય છે. કેમ નહીં છોડો? અગાઉ ચર્ચા કરેલી મુજબ, લોકોને હીરો અથવા રોલ મોડેલ કહેવાની આખી સિસ્ટમ બાલિશ છે.

શું આપણને તેમને કેટલું ગમે છે તેના આધારે વ્યક્તિલક્ષી નિર્ણય લેવો જોઈએ કે તેઓએ અમને જે ખોટો વાંધો ઉઠાવ્યો કે નહીં? અથવા આપણે તેમના ખરાબ નિર્ણયોની અસરની તેમની મહાનતાના કાર્યોની તુલના કરવી જોઈએ? અથવા કદાચ, તે અમારી જવાબદારી નથી. તે તેમની હતી. તે તેમનું જીવન હતું. તમારી જવાબદારી તમારા જીવન પર છે. તેઓએ તેમનો બચાવ કરવા માટે તમને તેમના પ્રવક્તા તરીકે ક્યારેય નિમણૂક કરી નથી. તમે જે કરી શકો તે જ તેમની પાસેથી શીખવાની છે. તમારે કોઈનું પાલન કરવાની જરૂર નથી.

તે ગમે તે પ્રશંસક છે જે તમને અપીલ કરે છે અને **પ્રયત્ન** કરવાની શરૂઆત કરીને તમારી ક્રિયાઓમાં **તે** શીખવાની અને તેને સમાવિષ્ટ કરવાની ઇચ્છા રાખે છે . તમારી પાસે તમારું સ્વયં છે, જેને તમારે એવી કંઈક બનાવવી જોઈએ કે જેના પર તમે ગર્વ અનુભવો અને સંતુષ્ટ થઈ શકો. અને તે કરવા માટે, તમે **દરેક વ્યક્તિ** પાસેથી શીખો .

જીવનના ત્રણ તથ્યો છે:

- આ ગ્રહ પર કોઈ એવી વ્યક્તિ નથી કે જેની સાથે તમે દરેક સો પર સો ટકા સહમત થશો.
- આ ગ્રહ પર કોઈ એવી વ્યક્તિ નથી કે જેની સાથે તમે દરેક વસ્તુ પર અસંમત હોવ.
- આ ગ્રહ પર કોઈ એવી વ્યક્તિ નથી કે જેની પાસેથી તમે કંઇક નવું ન શીખી શકો.

તેથી, દરેક પાસેથી શીખો. કદાચ તેથી જ અમે લોકોને હીરો તરીકે લેબલ કરીએ છીએ - કારણ કે આપણે દોષી છીએ. આપણે આપણા હૃદયમાં વિશ્વાસ કરવા માટે નાયકોની જરૂર છે કે આપણે વધુ સારા રહી શકીએ, તેથી આપણી પાસે પણ આશા છે. ઠીક છે, એ હકીકત છે કે તમે વધુ સારા બનવા માંગો છો તે એક આશા છે. પરંતુ તે માટે, તમારે કોઈની જેમ બનવાની જરૂર નથી, તમારી પાસે પહેલેથી જ તમારું 'સ્વ' છે. ફક્ત એક જ વ્યક્તિ છે જેણે તમને મંજૂરી, સ્વીકૃતિ અને આત્મ-મૂલ્ય આપવું જોઈએ , અને તે તમે છો. તમે એક રાષ્ટ્ર છો, મારા મિત્ર. આત્મનિર્ભર બનાવો .

પ્રકરણ ચોથા

હવે, તે તમારો દોષ નથી કે તમે લોકોને અનુસરો છો. બે મુખ્ય ડ્રાઇવરો ધારણાઓ અને જાહેરાત છે. મૂળભૂત રીતે, ત્યાં ઘણાં બધાં કાદવનાં ટુકડાઓ છે જે તમારા મોહ, નિષ્કપટ અને નબળાઈઓ પર ધ્યાન આપે છે અને તમને તેમના અનુયાયીઓ બનવા માટે મદદ કરે છે , તેમાંથી ઘણાં હમણાં ઇન્ટરનેટ પર છે. ચાલો આપણે વ્યાપકપણે તે લોકોને જોઈએ જેનું આપણે અનુસરણ કરીએ છીએ.

લોકો પર તેમની અસરની દ્રષ્ટિએ, આપણી પાસે ચાર કેટેગરી હશે:

- ઓછી અસર અને વધુ મનોરંજન વાળા લોકો.
- ઉચ્ચ અસર અને ઉચ્ચ મનોરંજન સાથે તે.
- જેની ઉચ્ચ અસર અને મનોરંજન અને જ્ with ાન છે.
- ઉચ્ચ અસર અને સંપૂર્ણતા સાથે તે.

હવે, આ બધા છીના ટુકડાઓ નથી, તેમાંથી માત્ર ઘણાં બધાં છે - તે અલગ પાડવું મહત્વપૂર્ણ છે.

સોશિયલ મીડિયા ઇન્ફ્લ્યુએન્સર્સ વિશેની સત્ય

આપણે get ંડા થવા પહેલાં, ચાલો ઇન્ટરનેટ અને આ સોશિયલ મીડિયા પ્રભાવકો વિશે સીધી કેટલીક વસ્તુઓ સેટ કરીએ.

- અમે એવી દુનિયામાં જીવીએ છીએ જ્યાં નીચે આપેલાને એકત્રિત કરવાનું હંમેશાં ધોરણ રહ્યું છે. આનો અર્થ એ છે કે, સમગ્ર ઇતિહાસમાં, થોડા લોકો હંમેશાં ઘણાં કારણોસર પોતાને માટે અનુસરણ કરવાનો પ્રયાસ કરે છે: શક્તિ, સંપત્તિ, પ્રભાવ, લોકપ્રિયતા અને નિયંત્રણ મેળવવા માટે. બરાબર?
- સ્વભાવથી લોકો મહત્વાકાંક્ષી જીવો છે. મહત્વાકાંક્ષી સામગ્રીનો અર્થ છે

  તમારી પાસે ન હોય તેવી વસ્તુઓ જે તમને વેચવી હોય પરંતુ તમારી પાસે હોય. આપણને આ જોઈએ છે કારણ કે આપણે એવી છાપ હેઠળ જીવીએ છીએ કે આ વસ્તુઓ આપણને ખુશ કરશે. સત્ય એ છે કે, આપણે આ રીતે વિચારીએ છીએ કારણ કે આપણને 'આત્મ' ખુશ કરે છે તેનાથી અમને કોઈ શોખ નથી. તેથી અમે યુટ્યુબર્સ અને વિલોગર્સ દ્વારા અમને વેચવામાં આવતી ખુશીના બુલશીટ વિચારોનો પીછો કરીએ છીએ.
- તમને ફક્ત તે જ બતાવવામાં આવ્યું છે કે તેઓ તમને જોવા માંગે છે, તેથી તમે **માનો છો** કે તે વાસ્તવિક છે. આ તે છે જ્યાં તમે વિકાસ કરો છો *શા માટે હું તેમને* સિન્ડ્રોમ પસંદ નથી કરતો.

હવે, અહીં સૌથી મહત્વપૂર્ણ મુદ્દો છે: પ્રામાણિકતાનું તત્વ તે છે જે આંધળા અનુસરણ અને પ્રશંસાને જુદા પાડે છે.

તમે જે વ્યક્તિને અનુસરો છો તેટલું પ્રામાણિક છે, તમે તેમનું અનુકરણ કરીને તેમને બનવાનું ઓછું અનુભવો છો. વ્યક્તિ જેટલી વધુ બેઇમાની છે, તમે તેમના જેવા બનવા માંગો છો.

પ્રામાણિકતા તમારી આંખોમાંથી સંપૂર્ણતાનો ડગલો દૂર કરે છે. તમે જે જુઓ છો તે સામાન્ય છે, ભૂલો અને સંઘર્ષવાળા લોકો, તમારા જેવા જ. તેથી, તમે તેમની વાસ્તવિકતા માટે

તેમને પ્રશંસક છો.

બેઈમાની સાથે, તેઓ તમને જે પણ વેચવા માંગે છે તેનું કથન તેમના નિયંત્રણમાં રહે છે. અને તેઓ તમને પૂર્ણતા વેચે છે - તે એક સંપૂર્ણ જીવન, સંપૂર્ણ સુખ, સંપૂર્ણ બુદ્ધિ અથવા તમે જે પણ હોઈ શકે તેના વિશે સ્વપ્ન જોશો. તેઓ ખરેખર સ્ક્રીન પાછળ કોણ છે તે વિશે તમારી પાસે કોઈ વાસ્તવિક માહિતી નથી, તેથી તમે **માનો** છો કે તેઓ તમને બતાવે છે તેમાંથી સંપૂર્ણ છે - જે બુલશીટ છે.

તેથી, કોઈ વ્યક્તિ જેટલું પ્રામાણિક છે, **એટલું જ** તમે તેની **પ્રશંસા કરો છો** . કોઈ વ્યક્તિ જેટલું ઓછું પ્રમાણિક છે, તમે **તેમનું** વધુ **અનુસરો છો** .

ધ્યાન વાસ્તવિક ડેટા અને પ્રામાણિકતા તરફ ઉકળે છે. બાકીની બધી જાહેરાત અને ધારણા છે. હવે, ચાલો ચાર પ્રકારના પ્રભાવકો વિશે વાત કરીએ.

ઇન્ફ્લ્યુઅર્સર્સ તમે લગભગ કોઈ ચીટ આપી શકતા નથી

1. જેની ઓછી અસર અને વધુ મનોરંજન છે.

તમે તેમની સામગ્રી જોઈ લીધી છે, તમે તેમના નામો જાણો છો, પરંતુ ખરેખર તેમના વિશે કોઈ ચીજ પાડશો નહીં. અને તમે વિચારો છો કે તે આની જેમ રહે છે, પરંતુ તે નથી થતું. તમે જુઓ, આ લોકો, એક સમયે, તમારા જેવા જ હતા. તેઓએ પણ ઠંડી, મહત્વાકાંક્ષી પ્રભાવકોના ટોળાને અનુસર્યું અને ઈચ્છ્યું કે એક દિવસ તેઓ તેમના જેવા થઈ શકે.

હવે, જ્યારે તેઓ નીચે મુજબના મોટા પ્રમાણમાં કમાવવા માટે સક્ષમ છે, ત્યારે તેઓ માને છે કે તેઓ તે જૂથનો ભાગ બનવા માટે તૈયાર છે. તેથી, સંપૂર્ણતાના ૩ steિપ્રયોગને ફેલાવવું એ તેમને આકર્ષક લાગે છે. તેમના માટે, છેવટે તે તેમની પોતાની કલ્પનાઓથી જીવે છે અને તે જ ખોટા ફેલાવવાનું પસંદ કરે છે જે તેઓ એકવાર પોતાને ખરીદે છે.

કોઈપણ પ્રભાવક જેઓ તેમના કારકિર્દી ની શરૂઆતમાં, નમ્ર નિષ્ઠાવાન અને દેખાયા વિચારો **relatable** તમને. પરંતુ ખ્યાતિ અને પૈસા પછી, તેઓ વધુને વધુ ફેન્સી બન્યા, તેમની તસવીરો વધુ વ્યાવસાયિક બની ગઈ, તેમની ભૂલો નાબૂદ થવા લાગી, તેમના કપડા વધુ ખર્ચાળ બન્યાં, તેમના સંબંધો કેમેરા અને દરજ્જા માટે વધુ લાગતા, અને તેમનું વલણ વધુ સ્વ-આત્મસાત થઈ ગયું.

તમને લાગે છે કે તે ખ્યાતિ અને પૈસા છે જેણે તેમને બદલ્યા છે, પરંતુ સત્ય એ છે કે તેઓ આ વ્યક્તિ બધા સાથે હતા. તે માત્ર તે જ છે, ખ્યાતિ વિના, તેઓ તે બતાવી શક્યા નહીં.

હવે, બધા પ્રભાવકો આ પસંદગી કરતા નથી. જે લોકો સેલિબ્રિટીના વ્યકિતત્વને સ્વીકારે છે અને તમને અપ્રાપ્ય પ્રકારના પૂર્ણતાનું વેચાણ કરવાનું શરૂ કરે છે.

પ્રખ્યાત લોકો તમે ઘણાં બધાં માટે એક શિટ આપો

2. ઉચ્ચ અસર અને ઉચ્ચ મનોરંજન સાથે તે.

આ તે લોકો છે જેના વિશે તમે કહો છો: *હું તેમની ખૂબ કાળજી રાખું છું.* માત્ર મનોરંજનની માત્રા જ તેઓ પૂરી પાડતા નથી, તેમનું વ્યક્તિગત જીવન તમારા માટે સમાન મહત્વ ધરાવે છે. તમે તેમનાથી આકર્ષિત થશો, તેમને તમારા રોલ મ modelsડેલ્સ, હીરો ક callલ કરો અને પોતાને તેમના વિશ્વાસુ અનુયાયી તરીકે ઓળખો.

તમે સાથે પ્રેમ માં ક્યાં છે **વ્યકિતત્વ** તમારા માટે તેમને દ્વારા બનાવવામાં **,** અથવા વ્યકિતત્વ તમે અનુયાયી તરીકે તેમને બનાવી છે. *હું જાણું છું કે તેઓ કોણ છે કારણ કે હું તેમનો સાચો ચાહક છું.* તમે તેમના વિશે એક હજાર વસ્તુઓ ધારણ કરી લીધી છે, તેમને કાલ્પનિક પાત્રો બનાવીને. સત્ય એ છે: તમે છી નથી જાણતા. તમે તેમની સાથે રહ્યા નથી.

તમને હંમેશાં જે બતાવવામાં આવે છે તેના વર્ણનને તેઓ નિયંત્રિત કરે છે. આજુબાજુના લોકો, અથવા તેમની સાથે કામ કરનારા લોકો પાસેથી તમે તેમના વિશેની સાચી વાર્તાઓ ભાગ્યે જ મેળવી શકો છો. જ્યારે તેઓ એકબીજા વિશે વાત કરે છે, તે તે જ સ્ક્રિપ્ટ છે કે તે તે વ્યક્તિ

સાથે કેટલું સારું કામ કરી રહ્યું છે, અને તે વ્યક્તિ, કેટલા મહાન વ્યક્તિ છે. તે એક સરખા વર્તુળ-આંચકો છે, ભલે તેઓ એક બીજાને ખાનગી રીતે નફરત કરે.

તમને ખ્યાલ નથી કે તેઓ ખરેખર કેવી રીતે વિચારે છે, તેમની વાસ્તવિક ઇચ્છા શું છે, અને તેઓ ખરેખર એટલી શક્તિ સાથે કેવી રીતે વર્તે છે. હવે, તમે થોડો વિચાર મેળવી શકો છો

સામાન્ય સમજણનો ઉપયોગ કરીને. ઉદાહરણ તરીકે, તમને શું લાગે છે કે જો લોકોને લાખો ડ ?લર અને ઘણી પ્રસિદ્ધિ મળી હોય તો તેઓ કેવી રીતે વર્તન કરશે - મૂળભૂત રીતે એક ગોળી જે તેમને પાગલ, અકલ્પનીય શક્તિ આપી? જો તમે કલ્પના કરી શકતા નથી, તો તમારા મિત્રોની જેમ, તમે જાણો છો તે લોકોને જ લો; તમે કેવી રીતે વિચારો છો કે તેઓ વર્તશે? તેઓ તેમના વાહિયાત મન ગુમાવી બેસે છે. હું તે બધાને કહી રહ્યો નથી; કદાચ 10 ટકા નહીં કરે, પરંતુ બાકીના, ફક્ત ભગવાન જાણે છે.

અને તમને લાગે છે કે તમે આ પ્રખ્યાત લોકોને જાણો છો. આ વાત અહીં છે: જો તમને તે ગમે છે કારણ કે તે મહાન કલાકારો છે, તો તે સરસ છે. પરંતુ જ્યારે તમે કહો છો કે તેઓ તમારા ભૂમિકા-મ modelsડેલ્સ અથવા નાયકો છે, તેમના વિશે કોઈ વાંધો લીધા વિના, તે અનુયાયીનું વલણ છે જે તમને ડખો બનાવે છે.

આપણે કોઈની પ્રતિભા અથવા સંદેશની પ્રશંસા કરનારો સમાજ કેમ નથી બની શકતા, અને તેમના વિશે ધારણાઓ નથી કરી શકતા કારણ કે આપણે તેમને બધુ જ નથી ઓળખતા?

હવે, કેટલીકવાર, આ પ્રખ્યાત લોકો માનસિક આરોગ્યના મુદ્દાઓ અને કારણો પર પ્રકાશ પ્રગટ કરે છે, જે મહાન છે. તેઓ શક્તિશાળી લોકો છે, તેથી તેમના સંદેશમાં વિશાળ પ્રેક્ષકો છે. તેઓ તેમની જાહેર છબિ બનાવવા માટે કરી રહ્યા છે કે નહીં, તે વાંધો નથી. તે આ મુદ્દાને મદદ કરે છે.

પરંતુ જ્યારે તેઓ વ્યક્તિગત મુદ્દાઓ વિશે વાત કરે છે, જેમ કે બ્રેક-અપ્સ અથવા કોઈપણ પ્રકારની મુશ્કેલીઓ, ત્યારે આપણે આપણું મન ગુમાવી દઈએ છીએ. જો મહત્વાકાંક્ષી બનવું તેનું હાસ્યાસ્પદ બજાર મૂલ્ય ન હતું, તો તમે જાણતા હોત કે તેઓ પૈસાની જેમ કોઈ પણ અપવાદ સિવાય તમારા જેવી જ સમસ્યાઓમાંથી પસાર થાય છે. તમે આશ્ચર્ય પામશો કારણ કે તેમની પ્રત્યેની તમારી દ્રષ્ટિ એ છે કે તે બાહ્ય અવકાશના સંપૂર્ણ માણસો છે.

હવે, અહીં એક ખૂબ જ રસપ્રદ વાત છે: જ્યારે સમાન લોકોએ તેમની વિશે ખાનગી માહિતી લીક કરી હોય ત્યારે વિરુદ્ધ પ્રતિક્રિયા બનાવવામાં આવે છે. તેઓ કૌભાંડોમાં સામેલ થાય છે, નાણાં છુપાવતા હોય છે, તેમના ભાગીદારો સાથે છેતરપિંડી કરે છે, આજુબાજુના લોકો સાથે દુર્વ્યવહાર કરે છે અથવા એવું કંઈક કરે છે જે સંપૂર્ણ માણસોની છબીને તોડફોડ કરે છે.

પરિણામે, તમે તેમના પર પાગલ થઈ જાઓ છો. *હું તેમનાથી ખૂબ નિરાશ છું. મેં તેમની પાસેથી આની ક્યારેય અપેક્ષા નથી કરી.* તમને દગો લાગે છે, જાણે કે તમે તેમને વ્યક્તિગત રૂપે જાણો છો. તમે તેમના વિશે માત્ર એક જ વસ્તુ જાણતા હતા તે તે મૂર્ખ વ્યક્તિ હતી જે તેઓ તમને મૂવીઝ અથવા યુટ્યુબ વિડિઓઝ દ્વારા વેચે છે. તમે એક જ યુક્તિ માટે કેટલી વાર પડો છો?

તે તેમના અંગત જીવનમાં તમારી ભાવનાત્મક સંડોવણીની તીવ્રતા પ્રગટ કરે છે - જેના વિશે તમે એકદમ કંઇ જાણતા નથી, પરંતુ બધું જ ધારણ કર્યું છે. તમે જે વ્યકિતનું વેચાણ કરી રહ્યાં છો તેને શા માટે **નજરઅંદાજ** કરો છો અને તમારા મગજમાં જે ધારણાઓ ઉભા કરવામાં આવી રહી છે તેને સ્ક્રૂ કરો છો, અને મનોરંજન, કલા, બુદ્ધિ, કુશળતા - તમે તેમને કેમ ધ્યાન **દોર્યું તેની પ્રશંસા કરો** છો . તેઓ લોકો છે. થોડી વસ્તુઓમાં તેમની કુશળતા, ભૂલો, ઇચ્છાઓ, વિનંતીઓ, બધાની જેમ તેમને અટકાવતું નથી

લોકો કરે છે. આકાંક્ષાત્મક મૂલ્ય સ્ક્રૂ કરો, *હું ઈચ્છું છું કે હું તેમના જેવું બની શકું;* તેઓ ફક્ત લોકો છે, તમે પણ છો. તમે કોણ છો.

તે અંગેનો દુ: ખ આપવામાં આવે છે

3. ઉચ્ચ અસર અને જ્ with ાન સાથે તે.

આ તે લોકો છે જે તમને જોવાનું પસંદ છે, પરંતુ જીવનમાં અનુસરતા નથી. તેઓ ઘણી વખત તમારી પ્રશંસા જીતી ચૂક્યા છે, પરંતુ તમારી મહત્વાકાંક્ષાઓને મહત્ત્વ આપતા નથી. તેઓ ખૂબ વાસ્તવિક, સંબંધિત અને બળવાખોર છે.

સ્ટેન્ડ-અપ હાસ્ય કલાકારોનું ઉદાહરણ લો . તેમની આકાંક્ષાત્મક હોવાની સ્થિતિ તેમની પ્રસંગોપાત સ્વ-અવમૂલ્યન પ્રામાણિકતા દ્વારા બરબાદ થઈ ગઈ છે . તેઓ મનુષ્ય હોવા, તેમની સાથે સંઘર્ષ કરવા, અને તે જ સમયે તેમનો એક ભાગ બનવાના દુ: ખી પાસાઓ વિશે વાત કરવામાં સંકોચ કરતા નથી. તેઓ પ્રામાણિક છે. અને કોઈપણ વ્યક્તિ જે પોતાને વિશે પ્રામાણિકપણે વાત કરે છે તે તમારી આંખોમાં માનવી બને છે - તેમ છતાં તે પ્રખ્યાત છે. તેનું ઉદાહરણ છે માઇક ટાઇસન — હું જાણતો નથી કે શા માટે હું તેની પાસે જતો રહ્યો છું.

જ્યારે તમે જાણશો કે તેઓએ તેમના ભૂતકાળમાં ડ્રગ્સનો દુરૂપયોગ કર્યો હશે, અથવા ઘણી રીતે આત્મ-વિનાશક બન્યા હતા , ત્યારે તમને આંચકો લાગશે નહીં . તમે ખરેખર અડધી અપેક્ષા રાખો કે તેઓએ તે વસ્તુઓ કરી અને ઘણી ભૂલો કરી. તેમને સંપૂર્ણ માણસોથી વિપરીત, લોકો તરીકે જોવાનું એક તત્વ છે.

આવા લોકો સમય-સમય પર આ સંપૂર્ણ મહત્વાકાંક્ષી માણસોની મજાક ઉડાવે છે અને તેમની ટીકા કરે છે, તેઓ કેવી રીતે જીવે છે તેની સ્પષ્ટ વિચિત્રતા તરફ ધ્યાન દોરીને, તેઓ પોતાની જાહેરાત કેવી રીતે કરે છે અને જે ચિત્રણ કરે છે. આ ક્ષણોમાં, તમે પણ બુલશિટને જોઈ શકશો જે સામાન્ય લોકોના અનુભવોથી દૂર છે. પરંતુ આ સ્પષ્ટતા થોડી ક્ષણોમાં દૂર થઈ જાય છે. તે થાય છે કારણ કે સ્પષ્ટતા તમારા તર્ક માટે અપીલ કરે છે; સંપૂર્ણતા તમારી લાગણીઓને અપીલ કરે છે.

તેથી જ તમે સૈદ્ધાંતિક રૂપે કહી શકો છો: *તે બધું બુલશીટ છે* . Erંડા, ભાવનાત્મક સ્તર પર, તમે ઇચ્છો છો અને તેનાથી તેમ છતાં અસર થાય છે.

લોકોના આ વ્યાપક જૂથમાંથી, તમે મનોરંજનની સાથે સાથે બૌદ્ધિક મૂલ્યને પણ લો. તમે તેમની પ્રશંસા કરો છો, અનુસરશો નહીં.

તે ચોક્કસપણે ચીટ આપતા નથી

4. ઉચ્ચ અસર અને સંપૂર્ણતા સાથે તે.

આ તેની શ્રેષ્ઠ જાહેરાત છે. પીઆર કંપનીઓ **બનાવવા** જાહેર પર્સોનસ અને મેનેજ કરો

મૂળભૂત રીતે **તમને** સંપૂર્ણ લોકોના વિચારને **વેચવાની** જાહેર ધારણા . તે એક ખૂબ વિકસિત સિસ્ટમ છે, જેમાં મનોવૈજ્ modelsાનિક મ modelsડેલો અને અધ્યયન, માહિતીની હેરાફેરી, વ્યકિતગતની રચના, ઝુંબેશ ચલાવવી, સમાચાર વાર્તાઓ લગાવવી, સ્ક્રિપ્ટ કરેલા ઇન્ટરવ્યુ, વાર્તાનું સંગ્રહ, સોશિયલ મીડિયા ઉપયોગ, વિવિધ વર્તણૂક પ્રત્યેના લોકોના પ્રતિભાવોનું વિશ્લેષણ કરીને આ એક ખૂબ વિકસિત સિસ્ટમ છે. , અને જરૂરી હોય ત્યારે ધારણા બદલવી.

કોઈ ઇન્ટરવ્યુની મધ્યમાં કોઈ પ્રખ્યાત વ્યક્તિને કહેતા સાંભળશો: 'મારો પબ્લિસિસ્ટ આ કહેવા માટે મારા જેવા નથી'...? ઠીક છે, તે એટલા માટે છે કે તે પબ્લિસિસ્ટ ઉપરના બધાને ધ્યાનમાં લઈ રહ્યું છે.

આ વર્ણનાત્મક સ્થળો છે અને તમને તેઓને વિચાર કર્યા વિના પ્રતિક્રિયા આપવાની તાલીમ આપવામાં આવી છે. તેથી હવે જે થાય છે તે છે, કોઈપણ કથાને પસંદ કરી શકે છે, અને જ્યાં સુધી તેઓ સૂચનાનું પાલન કરશે ત્યાં સુધી તમે ખાતરી કરો કે તેઓ સંપૂર્ણ છે. જો તમે નીચેના મેળવવા માંગતા હો, તો આ છી કેવી રીતે કાર્ય કરે છે. અને તમારી ઉંમર અને પરિપક્વતાના સંદર્ભમાં તમારામાં જેની ઇચ્છા પ્રબળ છે તેના આધારે, તમે તમારી પસંદગીઓ કરો છો.

ઉદાહરણ તરીકે, જો તમે કિશોરવયના છો અથવા તમારા પ્રારંભિક વીસમાં, એકલ, કુંવારી, કથા જે તમને અપીલ કરી શકે છે, તે હશે: એક મહાન શરીર ધરાવતો વ્યક્તિ અને તેના બેંક ખાતામાં લાખો લોકો, ઝડપી કારો અને મોટા મકાનો ધરાવે છે, સુંદર મોડેલ્સ સાથેનો સેક્સ, અને હંમેશાં ખૂબસૂરત છોકરીઓથી ઘેરાયેલું હોય છે.

ત્યાં કોઈ પ્રમાણિકતા નથી, ફક્ત તેમના લક્ષ્ય પ્રેક્ષકોને બધી સમયે **જાહેરાત** .

તેઓ સંપૂર્ણ માણસો છે કહે છે નથી: તે છે આડપેદાશ કથા. તમારે જે કરવાનું છે તે બધું તમે જેની કલ્પના કરો છો અને ઇચ્છા કરો છો તેના **કેન્દ્રમાં** રહેવાનું છે .

ઘણી યુવતીઓ માટે, વેચાયેલ કથા એક સંપૂર્ણ સુંદરતા છે જે વૈભવી, લાવણ્ય અને જીવનશૈલીનો સમાવેશ કરે છે જેનો અર્થ નથી. પરંતુ તેનો અર્થ સમજવાનો નથી, અથવા તો તે તમારી નજરમાં સંપૂર્ણ નહીં હોય. સામાન્ય જ્ sense ાનની ફ્લેશ સાથે, તમે તેને જોઈ શકો છો અને નિષ્કર્ષ પર લઈ શકો છો કે તે એક કથા છે જેનો દૈનિક વાસ્તવિકતામાં ભાષાંતર કરી શકાતો નથી . પરંતુ તમે ફક્ત તે પાસાઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો છો જે ઇચ્છા, કલ્પનાઓ અને આકાંક્ષાઓ સાથે વ્યવહાર કરે છે. તમે સરખામણી કરો છો અને ખરાબ લાગે છે.

અને આ છી અહીં અટકતી નથી. વર્ણનો બધી દિશામાં જાય છે: સંપૂર્ણ સુખ, સંપૂર્ણ સફળતા, સંપૂર્ણ સંપત્તિ, સંપૂર્ણ બુદ્ધિ, સંપૂર્ણ નૈતિકતા, સંપૂર્ણ નેતા, અને આગળ. તે જે પણ છે, ત્યાં તે બજારમાં, ઇચ્છામાં પૂર્ણતા વેચનારા લોકો છે.

આશ્ચર્યજનક નથી કે તમે ક્યારેય ભાગ્યે જ અંદર જોશો; તમે જવાબો શોધવા માટે ખૂબ વ્યસ્ત છો કે કેમ કે તમે તેમના જેવા કેવી રીતે બની શકો.

આમાંના મોટા ભાગના ઇન્ટરનેટ પર થાય છે, જે સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મને આ વર્ણનોનું સેસપુલ બનાવે છે. આનો અર્થ છે કે તમે વધુ સમય પસાર કરશો

તેમના પર, જેટલી વધુ બેઇમાની તમારી સામે આવે છે. મૂળભૂત રીતે, આ પ્લેટફોર્મ્સ પર તમે જેટલો વધુ સમય પસાર કરશો, એટલા સંભવ છે કે તમે તમારી જાતને નાપસંદ કરો; તમે તમારી જાતને અસફળ તરીકે જોશો; તમારી પાસે જે છે તે અને તમારા જીવનમાં તમે જે લોકો છો તેનાથી વધુને વધુ કદર ન કરો; ભૌતિક વસ્તુઓની વધુ ઇચ્છા રાખો; તમે ન હોવ તેવી કોઈ વ્યક્તિ બનવાની ઇચ્છા કરો; એવી રીતથી વર્તવાનો પ્રયાસ કરો કે જે તમને કુદરતી રીતે ન આવે; અને બીજા કોઈની જેમ જોવા માંગીએ છીએ. બધા કારણ કે કેટલીક રન-millફ-મીલ વ્યક્તિ પાસે ડેટામાં હેરફેર કરવા, માનવ હોવાના પાસાઓને દૂર કરવા અને તમારા માટે સંપૂર્ણ દેખાવાના સાધનો છે.

આ યુટ્યુબ, ઇન્સ્ટાગ્રામ, ફેસબુક, ટ્વિટર અને ત્યાં જે પણ સોશિયલ મીડિયા એપ્લિકેશનો છે અને હજી બાકી છે તે ઘણા લોકોમાં મળી શકે છે.

પછી તેમનું અપગ્રેડ થાય છે, જે રાજકારણીઓ, મૂવી સ્ટાર્સ, સંગીતકારો, લેખકો, પ્રેરક વક્તાઓ, પત્રકારો, કાર્યકરો, મોડેલ, કરોડપતિ, અબજોપતિ છે જેમને લોકોના એરે દ્વારા સમર્થન આપવામાં આવે છે - સલાહકારો, એજન્ટો, પબ્લિસિસ્ટ્સ, મેનેજર્સ, સ્ક્રિપ્ટ રાઇટર્સ, જનસંપર્ક કંપનીઓ, માર્કેટિંગ ટીમો, બધા તમને ખૂબ જ સખત મહેનત કરે છે તે ખાતરી આપવા માટે કે તેઓ તમારા માટે કાલ્પનિક માણસો છે.

આ બુલશીટથી પોતાને કેવી રીતે બચાવવા

તમારી પસંદગીઓ તમારા 'સ્વ' અને સંપૂર્ણ લોકો વચ્ચે રહે છે. તમને તે હાસ્યજનક લાગશે કે 'સંપૂર્ણ લોકો' એ એક વિકલ્પ પણ છે. આ કારણ છે કે તમે હમણાં તાર્કિક રીતે વિચારી રહ્યાં છો.

તમારી લાગણીઓને શોધો: કેટલા લોકો તમારા મનમાં નિર્વિવાદ સ્થાન ધરાવે છે? શું તમને લાગે છે કે તે શ્રેષ્ઠ છે? તેઓ જે કરે છે તે શ્રેષ્ઠ નથી, ફક્ત *શ્રેષ્ઠ . તે / તેણી શ્રેષ્ઠ છે.* જો તમે ક્યારેય એવું કહ્યું છે કે કોઈના વિશે, તે તમારા માટે સંપૂર્ણ માણસો છે. તેઓ કાર્યકરો, પત્રકારો, મોડી રાતનાં શો હોસ્ટ, ભૂતપૂર્વ રાષ્ટ્રપતિઓ, વર્તમાન રાષ્ટ્રપતિઓ, રાષ્ટ્રપતિઓના પત્નીઓ, વડા પ્રધાનો, પ્રેરક વક્તાઓ, જાહેર બૌદ્ધિક, ખ્યાતનામ અથવા અબજોપતિ સમાજસેવકો હોઈ શકે છે .

તમારા મનમાં, તે કાં તો સંપૂર્ણ નૈતિક લોકો છે અથવા સંપૂર્ણ બુદ્ધિ છે. તેઓએ સારા પુસ્તકો લખ્યા છે, યોગ્ય વાતો કહી છે અને સંસારની કાળજી છે. તેઓ સમાનતાને વળગી રહે

છે, અને એક ઇંચ જેટલો માનવ પાસા નથી જે તમે આસપાસના લોકો સાથે અનુભવો છો.

તેઓ હંમેશાં સકારાત્મક હોય છે જ્યારે ઇન્ટરવ્યૂ લેવામાં આવે છે, સતત ગહન અને નમ્ર. તે લગભગ જાણે ઇન્ટરવ્યુની સ્ક્રિપ્ટ થઈ હોય. અથવા કદાચ તેઓ માત્ર હોંશિયાર લોકો છે જે જાણતા હોય છે કે યોગ્ય સમયે શું કહેવું છે. તેઓ જાણે વધારે વિકસિત થયા હોય તેવું લાગે છે.

તેમને જોયા પછી, અમને લાગે છે કે જાણે આપણે પાછળ રહી ગયા હોઈએ અને તેમની સાથે પકડવું જોઈએ, અને તેમ કરવાનો એકમાત્ર રસ્તો છે તેમને અનુસરીને.

જ્યારે પણ તમને એવું કરવાનું મન થાય ત્યારે તમે જે કરો છો તે અહીં છે: પ્રશંસક, ક્યારેય અનુસરો નહીં. તેમના ચેરિટી અને હકારાત્મકતાના કાર્યોને કોઈ બદનામ કરી શકે નહીં, પરંતુ તેઓના નિયંત્રણ અને વેચવાની શક્તિમાં શું છે તે સિવાય તમે જાણતા નથી કે તેઓ એક વ્યક્તિ તરીકે કોણ છે - કંઈ નથી.

ચાલો ખરેખર પસંદગીઓની તુલના કરીએ: સંપૂર્ણ લોકો અથવા સ્વયં - જે તમને દોરવા માટે સારો અધિકાર છે?

આ 'પરફેક્ટ' લોકો સાથેની પરિસ્થિતિ

સંપૂર્ણ લોકો સાથેની પરિસ્થિતિ આ છે:

- તેઓ સંભવત the વિશ્વના સૌથી પ્રખ્યાત લોકો છે, અને તમારી આસપાસના દરેક લોકો પણ તેમને પ્રેમ કરે છે અને તેનું પાલન કરે છે.
- તેઓ બધા સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મ પર અસ્તિત્વ ધરાવે છે.
- તેઓ અનુયાયીઓની સંખ્યાની દ્રષ્ટિએ પ્રભુત્વ ધરાવે છે.
- તેમની મોટી અનુસરીને જોયા પછી, તમે તેમના વર્ણનને વિશ્વાસપાત્ર લાગે છે. છેવટે, *લાખો લોકો તેમનું પાલન કરે છે, લાખો લોકો મૂર્ખ નથી, હું પણ મૂર્ખ નથી, તેથી હું પણ તેમનું પાલન કરીશ.*
- જ્યારે તમે એવા લોકોની સામે આવો છો કે જેઓ આ કથનનો પર્દાફાશ કરવાનો પ્રયાસ કરે છે અને તમને આ લોકોને લોકો તરીકે જોવાની વિનંતી કરે છે, ત્યારે તમે બંનેના અનુયાયીઓની સંખ્યાની તુલના કરીને તેજસ્વી રીતે તેનો સામનો કરો છો. છેવટે, લોકપ્રિયતા, પૈસા અને ખ્યાતિ તર્કસંગત વિચારસરણી નક્કી કરવા માટે શ્રેષ્ઠ મેટ્રિક છે, ખરું ને? બધા ખૂબ પ્રભાવશાળી દાર્શનિક, વિચારકો અને લેખકો મલ્ટી-કરોડપતિ હતા અને મ modelsડેલો જેવા દેખાતા હતા, દરેક વ્યક્તિ આ જાણે છે. હા, તે કટાક્ષ છે.
- તેઓ સંપૂર્ણતા વેચે છે, મૂળભૂત રીતે સપના.
- તમે તેમને જુઓ, અને વિશ્વાસ કરો છો કે જે તેમને ખુશ કરે છે તે તમને ખુશ કરશે.
- તમે તેમની સમસ્યાઓના નિરાકરણો માટે તેના પર વિશ્વાસ કરો છો કે જે તેઓ વેચે છે તે સંપૂર્ણ વર્ણનાત્મક કારણોને લીધે બનાવવામાં આવી છે. *હું તેમના જેવો નથી, હું તેમના જેવું વિચારી શકું તેમ નથી, હું તેમના જેવો દેખાતો નથી, મારી પાસે તેમની પાસે નથી.*
- તેઓ જે પણ પ્રદાન કરે છે તેમાંથી, તે મનોરંજન અથવા માહિતી હોય, તમે deepંડાણથી જાણો છો કે તમે તેમને ઉત્સાહના તત્વને કારણે જોયા છો.

તમારી 'સ્વયં' સાથેની પરિસ્થિતિ

તમારા **સ્વ** સાથેની પરિસ્થિતિ આ છે:

- તે તમારી અંદર અસ્તિત્વમાં છે, સોશિયલ મીડિયા પર નહીં.
- તે એકલો અને અવિકસિત છે અને વિકાસ કરવામાં સમય અને કાર્ય કરશે.
- જો તમે તમારા સ્વ વિકસિત અને સશક્તિકરણ કર્યું છે, તો તે તમારી કલ્પનાઓ, ઇચ્છાઓ અને મૂંઝવિત ઇચ્છાઓને જવાબો આપીને તમારી શોધ કરશે.
- તે અર્થહીન તુલના પણ કરશે, કારણ કે તમે બીજાને ખુશ કરનારા વિચારોનો પીછો કરતા નથી. તમે તમારી જાતને સંતુષ્ટ કરવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરશો, જે ખૂબ આત્મનિરીક્ષણ પ્રક્રિયા છે અને વ્યક્તિગત રહે છે.
- સ્વયંને તમારો અધિકાર બનાવ્યા પછી, કોઈની પણ પાલન કરવાની આવશ્યકતા સંપૂર્ણ રીતે અસ્તિત્વમાં રહેશે.

મહત્વાકાંક્ષી પાસું એટલે તમારા 'સ્વ' થી વિરુદ્ધ દિશામાં જવું. આશ્ચર્યજનક નથી કે તે જાહેરાત સાથે સમજાવટની જરૂર છે. બાકીની સંભાળ આ વિશ્વમાં પહેલેથી જ બનાવેલા કથાઓ દ્વારા લેવામાં આવે છે - જે તમને ધારે છે કે આ લોકો સુપરહીરોની વાતો કરે છે . ફક્ત ધારણાઓ સાથે ઠંડક કરો, સાથી. આ આખી રમત ફક્ત તેમની જાહેરાત અને અમારી મૂર્ખ ધારણાઓ છે.

પ્રકરણ પંચમ

નથી SUCK અપ એક સંબંધ

જ્યારે તમે તમારી સદ્ધરતાને પ્રેમ કરો છો

હવે આપણે એકદમ સામાન્ય રીત વિશે વાત કરીશું જેમાં લોકો તેમનો અધિકાર બીજા વ્યક્તિને આપે છે: પ્રેમમાં.

ઘણાં લોકો માટે, પ્રેમ એ એક એવો વિચાર છે કે કોઈ તમને તમારા આત્મ કરતાં વધુ ખુશ કરશે. આ બોલ પર કોઈ રન નોંધાયો નહીં, તે એક ભયંકર વિચાર છે. જો બંને પક્ષો માને છે કે,

તે સહ-અવલંબન તરફ દોરી જશે , અને જો બેમાંથી ફક્ત એક જ કરે છે, તો તે એકને બીજાનો સેવક બનશે.

જ્યારે તમને ખાતરી થાય કે આ વ્યક્તિની સાથે રહેવું તમને ખુશ કરશે, ત્યારે તમે આત્મગૌરવની જરૂરિયાતને પૂર્ણ રીતે સ્થગિત કરી શકો છો - તે તમારી ખુશીઓની સૂચિ હતી, પરંતુ હવે આ વ્યક્તિ તમને સુખ લાવે છે.

તમારે સમજવું પડશે કે તમારું સ્વાભિમાન ક્યાંથી આવે છે. સ્વયં-નિયંત્રણ એ તમારામાંના કોઈપણ વૃત્તિથી દૂર રહેવું પડશે જે તમને શાંતિથી જીવવાથી અને ગોલ્ડ-મેડલ વિજેતા સ્તરે પ્રદર્શન કરવાનું બંધ કરશે . જે તમારામાં આત્મગૌરવ ઉત્પન્ન કરે છે .

હવે અચાનક તમે કોઈ વ્યક્તિને મળ્યા છો જે તમને લાગે છે કે તે જ સ્રોત છે કે તમારે ખુશ રહેવાની જરૂર છે. તેથી, તમે તમારી અન્ય અગ્રતાને અવગણીને તમારા કાર્યને નબળું પાડવાનું પ્રારંભ કરો અને તેમને ટોચનું સ્થાન બનાવશો. તે સમજી શકાય તેવું છે જો તે શરૂઆતની જેમ જ હતું - તમે બંને ત્યારે ઉત્સાહિત છો. પરંતુ, જો તે વર્ષો થયા છે અને તમે હવે તેમને ના કહી શકો; તમને ડર છે કે જો તમે તેમને નિરાશ કરો છો, તો તેઓ તમને છોડશે; તેમને રાખવા માટેનો એકમાત્ર રસ્તો તેઓની ઇચ્છા પ્રમાણે કરવાનું છે, પછી તમે રોયલીથી જાતે જ ચોટી ગયા છો. તે તમારી સત્તા છે, અને કોઈ સુંદર રૂપે નહીં. આ, મારા મિત્ર, તમારા રાષ્ટ્ર પર એક સફળ આક્રમણ છે. તમારું રાષ્ટ્ર હવે તેમના માટે કાર્ય કરે છે - જો હું જે કહું છું તે જો તમને ન મળે, તો પ્રકરણ 10: તમે રાષ્ટ્ર છો.

તમે ગાર્બેજ રિલેશનશિપમાં કેમ ફસાયેલા છો

ઘણા કારણો છે કે લોકો છીછરા સંબંધોમાં ફસાઈ જાય છે. ચાલો તેમના વિશે વાત કરીએ:

▪ *તમે વિચારો છો કે કોઈ પણ વ્યક્તિ તેમના જેવા સારા દેખાવું ક્યારેય નહીં મળે; તમને કોઈ પણ વ્યક્તિ સેક્સમાં એટલો મહાન ક્યારેય નહીં મળે કે જેની જેમ હોય.*

▪ *તમે ક્યારેય કોઈને ફરીથી પ્રેમ કરી શકશો નહીં; તમને તેમના કરતા વધુ સારી રીતે કોઈ સમજે નહીં.*

જો તમે છીછરા સંબંધમાં અટવાઈ ગયા છો અને આ તમારા કારણો છે, તો તમારે કેટલીક સત્યતા સાંભળવાની જરૂર છે. પ્રથમ, આ ખૂબ અતિશયોક્તિપૂર્ણ ધારણાઓ છે; બે, ભવિષ્યની આગાહી કરવાનો પ્રયાસ કરવાનું બંધ કરો. જ્યાં સુધી તમે સિત્તેર વર્ષના હો અને તમારા દ્વારા તમામ પ્રકારના અનુભવો ન થાય ત્યાં સુધી તમારે વાહિયાત બંધ કરવાની જરૂર છે.

સંબંધમાંની દરેક વ્યક્તિ વિચારે છે કે તેમનો જીવનસાથી ખાસ છે. વાહ! તે તર્ક અનુસાર, સંબંધમાં દરેક વ્યક્તિ ખાસ છે. જો આ દુનિયામાં ઘણા લોકો વિશેષ હોત, તો 'વિશેષ' શબ્દનો કોઈ અર્થ ન હોત.

તેઓ ખાસ નથી; તમે તેમને તે બનાવી રહ્યા છો કારણ કે તમારી પાસે જીવનમાં મર્યાદિત અનુભવો છે. તે એક વાહિયાત ધારણા છે કે તમે કરી રહ્યા છો. અબજો લોકો છે. તે / તેણી એકમાત્ર નથી. પરંતુ તમારે સૌથી પહેલાં નિશ્ચિતરૂપે જે વ્યક્તિને શોધવાની જરૂર છે તે તમારી 'સ્વ' છે. તો જ તમે આનો અર્થ કા makeવાનું શરૂ કરી શકો છો.

અહીં વધુ કારણો છે:

▪ *તમને એવી વ્યક્તિ ક્યારેય નહીં મળે જે તમને ફરીથી પ્રેમ કરશે; તમે વિચારો છો કે તમે લાયક નથી; તેથી, તમે તેમને રાખવા માટે નસીબદાર છો.*

આ તે વ્યક્તિ છે જેણે પોતાને ખાતરી આપી છે કે તેઓ ઓછા છે. આ અસલામતી એક કારણ હોઈ શકે છે જેનાથી તમને ડર છે કે તેઓ તમને કોઈને 'વધુ લાયક' બનાવશે. તે જ સમયે, તે શા માટે તમે તેમને પ્રેમ કરો છો તે પણ હોઈ શકે છે - કારણ કે તમે માનો છો કે બીજું કોઈ તમને ઇચ્છશે નહીં. તમે સમજશો કે આ વાતથી ડર છે. પરંતુ તમે આટલા લાંબા સમયથી આ ડર સાથે apartmentપાર્ટમેન્ટ શેર કર્યું છે કે તમે સાચા માનો છો કે. હવે, આ ડરને કારણે, તમે તેમના છી માટે સહનશીલતા બનાવી છે. કોઈ પણ સંજોગોમાં, જવાબ ફક્ત આ વ્યક્તિ હોઈ શકતો નથી. તેની સમર્થન માટે તમારી પાસે કોઈ ડેટા નથી, ફક્ત તમારો મૂંગો ડર તમને તે કહે છે. આ એક ખૂબ જ ખરાબ આકારણી છે.

▪ *તમે આમાં ઘણાં વર્ષો અને ઘણા પ્રયત્નો કર્યા છે, તેથી તમે પાછા નહીં કા orી શકો નહીં તો તમે મૂર્ખ જેવા દેખાશો.*

તેથી તમારી સ્વ-છબી તમારા જીવનમાં શાંતિ કરતાં વધુ મહત્વપૂર્ણ છે? મહાન, તો પછી. જો કંઈપણ હોય, તો તે બહાર આવવાનું એક મોટું કારણ હોવું જોઈએ. તમે તમારા જીવનનો એક મોટો ભાગ આ છી લેતા ગાળ્યા છે; ઓછામાં ઓછી તે બાકીની તમારી શરતો પર જીવવું જોઈએ.

▪*તમે કહો છો કે તમે આને કોઈ પણ બીજું સમાપ્ત કરવા માટે તૈયાર છો, હવે તમે વાહિયાત નહીં કરો; પરંતુ તે ચાલુ રાખે છે.*

આ એવી વ્યક્તિ છે કે જેને આશા રાખવામાં આવે છે: 'તેઓ બદલાશે'. તમે દરરોજ એક જ મૂવી જોઈ રહ્યા છો, એવી આશામાં કે અંત આ વખતે બદલાશે. તમે ગુપ્ત રીતે આશા રાખશો કે તેઓ તમારી સહિષ્ણુતા અને સમર્પિત પ્રેમથી બદલાશે અને સુધારણા કરશે. શું થાય છે, એકવાર પછી, તેઓ તમને સરસ લાગે છે. તમે આ ક્રિયાઓનો અનુવાદ તે **સંકેતો** તરીકે કરો છો કે તેઓ તમારી વિશે કાળજી રાખે છે, અને પોતાને કહો કે, *આ તે **કોણ** છે.* આ, અલબત્ત, તેજી છે. જ્યારે ખરાબ અનુભવ પાછો આવે છે, ત્યારે તમે આઘાત પામશો નહીં, કારણ કે તે ફરી એક જ ફિલ્મ છે. સત્ય એ છે કે, તમે આને સમાપ્ત કરવા માટે તૈયાર નથી. તમે જે કરવા માટે તમારી જાતને તૈયાર કરી છે તે તે તેમની પાસેથી છી લેવાનું છે. અને એકવાર તમે તેને સામાન્ય બનાવ્યા પછી, તમે તેનાથી કેમ છટકી જવા માંગો છો? તે હવે તમારા માટે નિયમિત છે.

▪*તમે માનો છો કે તે તેઓ છે જે તમને **લાગે છે કે** તેઓ છે.*

આ એક માત્ર કેક લે છે. તેથી, આને સાંભળો: વિચાર એ છે કે તમે એકમાત્ર એવા વ્યક્તિ છો કે જેમને **સાચે જ** જાણતા હોય. ફરીથી, તમે માનો છો કે તમે તેમને જાણો છો, જેમ કે કોઈ બીજા કરતું નથી. તમે આ વિચાર બનાવ્યો છે કારણ કે તમારી સાથે તેમની ઘનિષ્ઠ ક્ષણો છે જેમાં તમે તેમને તેમના ભાવનાત્મક sંચા અને નીચલા ભાગોમાં જોયા હતા.

ઠીક છે, આ અલબત્ત એક ધારણા છે કે તમે એકમાત્ર વ્યક્તિ છો કે જેમણે તેમને આ ભાવનાત્મક સ્થિતિમાં જોયો છે. પરંતુ તમે તે માનવા માંગો છો, કારણ કે તમને તેમની સાથે વ્યક્તિગત જોડાણની ભાવના મળે છે, જાણે કે તમે તેમના પરિવાર છો. અને તેઓ સંભવત this તમને પણ આ છી કહે છે, જે આ વિચારને અમલમાં મૂકે છે.

અને આને કારણે, તેમનું વર્તન કેટલું ભયાનક બની શકે છે તે હોવા છતાં તમે તેમને છોડી શકતા નથી, કારણ કે તમારા મનમાં, તે તમારા કુટુંબને છોડી દેવા જેવું છે. તમે વિચારો છો કે તેઓના જીવનમાં તમારા જેવા કોઈ નથી. તમે તેમના રક્ષક, સંભાળ આપનાર, માતા છો, અને તેઓ માનવામાં અનાથ અથવા મુશ્કેલીમાં ડ inમલ્સ છે.

▪*તેમને તમારી જરૂર છે કારણ કે તમે એકલા જ છો જે જાણે છે કે તેમના માટે શું સારું છે. તેથી, તેઓ તમને દૂર દબાણ કરીને પોતાને નુકસાન પહોંચાડે છે.*

આ છેલ્લો વિચાર લઈ રહ્યો છે અને ઉન્મત્તના પર્વત પર ચ .ી રહ્યો છે. આ સત્યથી દૂર છે અને તમારા બુલશ વાજબી છે. તમારે જે સાંભળવાની જરૂર છે તે અહીં છે:

જો તેઓ તમને છોડે છે, તો પછી તેઓને પ્રથમ સ્થાને તમારી જરૂર ન હતી. જો તેઓ તમને છોડતા ન હતા, પણ તમને રાખવા માટે ઘણું બધું ન કરતા હોય, તો પછી તેઓ ફક્ત સ્વાર્થી કારણોસર સંબંધમાં હતા. જો તેઓ ન છોડે, પણ તમારી સાથે જૂઠું બોલે છે, તમારી સાથે છેતરપિંડી કરે છે, તો પછી તમે ક્યારેય એમ માન્યું નહીં કે તમે તેમ કર્યું છે. કોઈ પણ પ્રકારની કલ્પનાશક્તિથી તમે એકલા જ વ્યક્તિ નથી જે તેમને સાચે જ જાણે છે અને તેમના પરિવાર જેવા છે. જો તમે હોત, તો તેઓએ તમને બતાવ્યું હોત કે ક્રિયાઓમાં, શબ્દો નહીં.

શું તમે કોઈના જીવનને ઠીક કરવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યા છો?

▪*તેઓ માત્ર મને છે. તે / તેણી તૂટેલી વ્યક્તિ છે અને હું તેમને ઠીક કરી રહી છું.*

શું *તમારું* જીવન સંપૂર્ણપણે નિશ્ચિત છે? તેઓ તેમના વીસી અથવા ઉપર છે? તેઓ વાંચી શકે છે? શું તેમની પાસે ઇન્ટરનેટ છે? જો **હા** , તો તેઓ ઇચ્છતા હોય તો તેઓ પોતાને સુધારી શકે છે. પોતાને / પોતાને સુધારવા માંગતા ન હોય તેવા કોઈને પણ ઠીક કરી શકતા નથી. તમે તમારી પોતાની

જીવનપદ્ધતિ કેમ ઠીક નથી કરતા? ત્યાં પુષ્કળ સહાય છે - પુસ્તકો, વિડિઓઝ, ઉપચાર, સમજદાર લોકો - જો તેમને જરૂર હોય તો. લોકોને દયા કરવાનું બંધ કરો. તમારી પાસે એક કલ્પના છે કે જો તમે કોઈને ઠીક કરો છો, તો તેઓ તમને પાછા પ્રેમ કરશે. તેથી તમે તૂટેલા લોકોની શોધ કરો છો. ઠીક છે, અહીં સત્ય છે: તેઓ ફક્ત એકલા જ નથી. દરેક જણ છે. પચ્ચીસ વર્ષની ઉપરના દરેક વ્યક્તિ તમારા સહિત કેટલાક ગંભીર ડાઘો લઈ રહ્યો છે. તમારા પોતાના વાહિયાત વ્યવસાયને ધ્યાનમાં રાખો. અને તમારા માટે અહીં સમાચારો છે: તેઓ પણ નબળા નથી. તેથી જ તેઓ તમને રિલેશનશિપમાં પસંદ કરે છે. તમે એક છો

જ્યારે હું આ કહું છું ત્યારે મારો વિશ્વાસ કરો, આ તર્ક કે 'જો તમે કોઈને ઠીક કરો છો, તો તે તમને પ્રેમ કરશે' કામ કરશે નહીં - લોકો તે રીતે કામ કરતા નથી. તેઓનું પોતાનું મન છે. લોકો જે કરવાનું છે તે કરવા જઇ રહ્યા છે. જો તમને જાણવું હોય કે કોઈ વ્યક્તિ કોણ છે, તો તેઓ દરરોજ શું કરે છે, ખરેખર તેમને શું આકર્ષે છે, અને તેઓ લોકોની આસપાસ કેવી રીતે વર્તે છે તેના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો. તે તમને બતાવશે કે તેઓ કઈ દિશામાં જવા માંગે છે. સત્યને સ્વીકારવાની તાકાત જેટલી વહેલા તમે એકત્રિત કરશો, તે તમારા ભાવિ માટે વધુ સારું રહેશે. આ સ્વાર્થી દાનથી રોકો. જો તમારી પાસે ખૂબ સમય અને શક્તિ છે, તો તેને તમારા જીવનમાં મૂકો અને સ્થિર વ્યક્તિ શોધો જે સંબંધમાં પણ સ્થિરતા ઇચ્છે છે.

ખરાબ સંબંધથી પોતાને મફત કેવી રીતે સેટ કરી શકાય

એક પગલું: એકવાર અને તે બધા માટે જે તમે છોડવા માંગો છો તે નક્કી કરો.

બીજું પગલું: તમારે તેમને જુલમકર્તા તરીકે **જોવું** પડશે, પછી ભલે તેઓ ખૂબ આદર આપવામાં આવે, પ્રેમભર્યા હોય, પણ અન્ય લોકોની નજરમાં સૌથી સરસ વ્યક્તિ છે. તે એકદમ જરૂરી છે **તમે** તેમને દમનકારી તરીકે જોવા, તમે મફત તોડી કરવા માંગો છો તો.

ત્રીજું પગલું: સક્ષમ, સંભાળ આપનારા લોકોની સહાય લેવી.

ચાર પગલું: તમારા 'સ્વ' ને **જાણવામાં** સંપૂર્ણ રોકાણ કરો, કારણ કે તે તમને તમારા ભવિષ્ય માટે તમામ પ્રકારની આશ્ચર્યજનક શક્યતાઓ પ્રદાન કરશે.

પાંચમું પગલું: એકદમ મહત્વપૂર્ણ પગલું - એકવાર તમે નીકળી જાઓ, પછી ક્યારેય પાછું ન જુઓ. તેમની સાથે શું થઈ રહ્યું છે, તેઓ કેવી રીતે છે, તેઓ શું કરી રહ્યા છે, તેઓ સોશિયલ મીડિયા પર અપલોડ કરી રહ્યાં છે તે શોધવાનો પ્રયાસ ન કરો. તે પ્રકરણને તમારા જીવનમાંથી સંપૂર્ણ રીતે બંધ કરો.

કોઈ શિલ્ટી સંબંધમાં કેવી રીતે ફસાઇ શકશે નહીં

સ્થિર સંબંધ શું છે તે વિશે તમારે તમારી વિભાવનાઓને સ્પષ્ટ કરવાની જરૂર છે:

- સંબંધનો અર્થ એ નથી કે વ્યક્તિને તમારા સ્વ ઉપર સત્તા આપવી.
- સંબંધમાં, આત્મગૌરવ સાથે ક્યારેય સમાધાન અથવા કંઇપણ દ્વારા બદલવું જોઈએ નહીં. મિત્રતામાંથી મળેલી ખુશી કોઈ દ્વારા પ્રેમ કરવાની, સમજવાની અને મૂલ્યની જરૂરિયાતથી મળે છે. આત્મ-સન્માન આત્મ-નિયંત્રણથી આવે છે . કોઈ સંબંધ નથી.
- આત્મ-નિયંત્રણ તમારા જીવનસાથી તરફથી સતત આદરની ખાતરી કરશે. તમે કોણ છો તે જાણવાનું અને પોતાને માટે સાચા રહેવું તમને તેમની નજરમાં વિશ્વસનીયતા અને વિશ્વાસપાત્રતા આપશે.
- સંબંધોને બંને લોકોની ભાગીદારી તરીકે જોવું જોઈએ. તેથી, ભાગીદારની સાવચેતીપૂર્વક પસંદગી કરવી જરૂરી છે, ઇચ્છાઓ, વિનંતીઓ અને વૃત્તિઓમાંથી કોઈ

રેન્ડમ પસંદગી નહીં, જે ગુનાહિત તત્વો છે.

- અંતે, સ્વ હંમેશા સર્વોચ્ચ રહેવા જોઈએ. આનો અર્થ એ નથી કે તમે બીજી વ્યક્તિની આદતમાં નશો, અથવા વ્યસનીમાં પણ નશો નહીં. **સ્વની** સર્વોચ્ચતા વ્યસન અને પરાધીનતા વચ્ચેની પાતળી લાઇન જાળવવામાં મદદ કરે છે. જો સંબંધ દૂર નહીં થાય, તો વ્યસન ધીમે ધીમે મહિનાઓ પછી ખતમ થઈ જશે, પરંતુ પરાધીનતા એ એક વાયરસ છે જે તમને લાગે છે કે ત્યાં કોઈ અન્ય વિકલ્પ નથી. તેથી, આ સંબંધ ઝેરી છે, માનસિક રીતે અપમાનજનક છે અથવા બધા અસ્વીકાર્ય નિયમોને ભંગ કરે છે તે જાણ્યા હોવા છતાં, તમે છૂટા થવામાં અક્ષમ છો. તમને લાગે છે કે, તેમના વિના તમારું અસ્તિત્વ નથી — તે પરાધીનતાનું ઝેર છે. તમારે તમારા જીવનમાં જે જાણવાની અને અનુભૂતિ કરવાની જરૂર છે તે છે, તમારી પાસે હંમેશાં 'સ્વ' હોય છે.

આમાંથી, તમે કલ્પના કરી શકો છો કે તમારા 'સ્વ' પર કામ કરવું શા માટે મહત્વપૂર્ણ છે. જો તમારી પાસે કોઈ મજબૂત નેતા હોય તો અન્ય લોકો તમારા રાષ્ટ્ર સાથે વાહિયાત રહેવાની હિંમત કરતા નથી. અને જ્યારે તેઓ કરે છે, ત્યારે નેતા તમારી સંભાળ કેવી રીતે લેવી તે જાણે છે. તમારું 'સ્વ' તમારી પાસે છે — કેમ તેને જાણવામાં અને તેને સશક્ત બનાવવા માટે વ્યસ્ત ન થાઓ !

અધ્યાય સાઠ

કેવી રીતે વિચારવું તે શીખી રહ્યું છે

આહ, તમે તેને એકદમ પ્રકરણમાં બનાવ્યા છે: સ્વાગત અને અભિનંદન, સાથી. આ કદાચ સૌથી મહત્વપૂર્ણ પ્રકરણ હોઈ શકે છે, અને ખરેખર ખૂબ જ ભારે. તેથી, 'ચાલો ફક્ત તેમાં કૂદીએ'.

'કેવી રીતે વિચારવું' એ મૂળભૂત રીતે શું વિચારવું તે નથી જાણતું. તમે ત્યાં જાઓ. તે તેટલું સરળ છે. ઠીક છે, ખરેખર નથી; મારો મતલબ, જો તમે સમજી ગયા હો, તો તે ખરેખર તે સરળ છે.

સમસ્યા એ છે કે તે એક સરળ વિચાર છે જે ખૂબ જટિલ બનાવવામાં આવ્યો છે. તેથી, તે સરળ ભાગ સુધી પહોંચવા માટે, આપણે પહેલા જટિલ બુલશીટથી છૂટકારો મેળવવો પડશે.

પ્રથમ, મારે કંઈક સ્વીકારવું જ જોઇએ. 'કેવી રીતે વિચારો' તમારા માટે મૂંઝવણભર્યું વાક્ય હોઈ શકે છે. તમે તેને ગંભીર વિચારસરણી, તાર્કિક વિચારસરણી અથવા કોઈક પ્રકારનું ઉચ્ચ વિચારણા કહી શકો છો. હું તેને કેવી રીતે સરળ રીતે જોઉં છું: તે વ્યક્તિ કે જે 'કેવી રીતે વિચારવું' યોગ્ય રીતે જાણે છે.

તેથી, ચાલો શરૂ કરીએ. મને ખાતરી છે કે તમે આવા શબ્દસમૂહો સાંભળ્યા હશે: જુદા જુદા વિચારો , બ box ક્સ -ઓફ-ધ-બ thinkingક્સ વિચાર કરો, તમારું મન ખોલો, તમારા મગજને ફરીથી કરો.

તેઓ ખરેખર આશ્ચર્યજનક ક્ષમતાઓ જેવા અવાજ કરે છે, પરંતુ સમસ્યા એ છે કે, તમને તે કેવી રીતે કરવું તે ખબર નથી. તે પ્રાપ્ત કરવા માટે અશક્ય, અનન્ય વસ્તુઓ જેવી લાગે છે, અને તે તમારા મનમાં કાલ્પનિક બની જાય છે. તમને લાગે છે કે તેનો અર્થ શેરલોક હોમ્સ જેવા વિચારવું, અથવા કોઈ મુજબની, ધાર્મિક વ્યક્તિ અથવા કેટલાક દા beીવાળો વ્યક્તિ છે જેનું નામ ચાલીસ ડિગ્રી છે. તેથી, આપણે જે રીતે તેને જોવાનું શરૂ કરીએ છીએ તે આની જેમ છે: જે લોકો 'કેવી રીતે વિચારવું' જાણે છે, તે આ વિશ્વ કેવી રીતે કાર્ય કરે છે તેની શ્રેષ્ઠ બુદ્ધિ,

જ્ knowledgeાન અને સમજથી સજ્જ છે. તેમનું મન તમારા કરતા વધુ સારી રીતે કાર્ય કરે છે, તેઓ તમારા કરતા વધુ જાણે છે અને તેઓ તમારા કરતા વધુ સારા વિચારો વિચારે છે.

પછી તમે આશ્ચર્ય પામશો, *હું તેઓની જેમ વિચારવાનું શીખી શકું?* તે તમારા મગજમાં એક મહાસત્તા બની જાય છે, અને આવા લોકો વિકસિત માણસો બની જાય છે. તેને પ્રાપ્ત કરવું, એક કાલ્પનિક બની જાય છે.

ઉચ્ચ ઇન્ટેલિજન્સ રાખવાની કલ્પના

જ્યારે કંઇક ઠંડી-અવાજથી કાલ્પનિક બને છે, ત્યારે તે ઘણાં લોકો દ્વારા ખૂબ માંગી લેવામાં આવે છે. તેથી, તે મોટા પ્રમાણમાં લોકોને ત્રણ સ્થળોએ લઈ જાય છે:

1. લોકો ઉચ્ચ વિચારના નામે સંપ્રદાયમાં જોડાય છે.

કારણ કે તે એક પ્રકારની બુદ્ધિ છે જે સામાન્ય મનુષ્ય દ્વારા પોતાને પ્રાપ્ત કરવાનું અશક્ય લાગે છે, તેથી આ ક્ષમતા વિકસાવવાની પ્રક્રિયા તમારા મનમાં હોલીવુડની મૂવી બની જાય છે.

તમને લાગે છે કે તેમાં ઉચ્ચ શિક્ષણ શામેલ છે; એ જ સ્થળ પર બેઠાં, કંઇક વિશે વિચારીને, કલાકો સુધી આંખો બંધ રહી; તમે જે ભાષામાં સમજી શકતા નથી તે મંત્ર શીખવા, તેમને પુનરાવર્તિત કરવા અને Google પર તેનું ભાષાંતર કરવું. અનુવાદો વાંચ્યા પછી, તમારા વિચારસરણીમાં અચાનક કોઈ પરિવર્તન નથી થતું, નિરાશાના સંકેતની લાગણી થાય છે કારણ કે તે તમને વિચારતા પણ નથી, પછીથી તમે તમારી જાતને ખાતરી કરો છો કે તેઓ તમારી વર્તમાન મર્યાદિત સમજણની સ્થિતિ માટે ખૂબ ગહન છે. ઘણા લોકો આ કરી રહ્યા છે. તેમના માટે સારું છે.

2. લોકો વિચારે છે કે તેઓ કાલ્પનિક પાત્રો બનશે.

તે એક કાલ્પનિક હોવાથી, તમારા મનમાં, તેને પ્રાપ્ત કરવાથી તમે સ્વીકૃતિ અને લોકપ્રિયતા લાવશો, કારણ કે તમે વ્યવહારીક પ્રતિભાશાળી કાલ્પનિક પાત્રની જેમ હશો.

સત્ય એ છે કે, વિશ્વ તમને કેવી રીતે વર્તે છે તેનાથી તે બદલાતું નથી, કારણ કે દુનિયા એક જ રહે છે. જો કે, તમે કેવી રીતે છીનો વ્યવહાર કરવો તે વધુ સારી રીતે શીખો.

લોકો અનુયાયી બને છે.

કારણ કે તે એક કાલ્પનિક છે, તમે એવા લોકોના અનુયાયી બનો છો જેઓ આ ક્ષમતા ધરાવતા હોવાનો દાવો કરે છે. તમે તમારી સમસ્યાઓના નિરાકરણ માટે તેમના પર આધાર રાખવાનું શરૂ કરો છો, તેમના પ્રોગ્રામ્સ, વર્ગો, વર્કશોપ પર નિર્ભર છો અને કોઈપણ રકમ ખર્ચવા તૈયાર છો કારણ કે તમે માનો છો કે અંતમાં જે છે તે તમે મેળવશો. તે કાંઈ થતું નથી, કારણ કે જો તમે કર્યું હોત, તો પછી તેઓ કેવી કમાણી કરશે?

કોઈપણ કેવી રીતે વિચારવું તે શીખી શકે છે. તે નિસ્તેજ છે, અને તમારી પાસેથી ઘણાં વર્ષોથી પ્રતિબદ્ધતા જરૂરી છે. તમે વિચારો છો: *વર્ષો? કે વાહિયાત!* તે સમજી શકાય તેવું છે, પરંતુ તેનો અર્થ એ નથી કે તમે અન્ય વસ્તુઓ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકતા નથી. તમને જે જોઈએ છે તેનો પીછો કરો. આ ક્ષમતા મૌન અને એક સાથે નિર્માણ થયેલ છે

તમારા મનના ખૂણા.

તમે હમણાં જ વિચારો છો તે રીત

તમે હમણાં જે રીતે વિચારો છો તે સંપૂર્ણ રીતે તેના પર નિર્ભર છે કે તમને કેવી રીતે બાળક તરીકે વિચારવાનું શીખવવામાં આવ્યું. તમે તે ઉંમરે સૌથી વધુ વિચિત્ર છો. તેથી, તે ઉંમરે, જ્યારે પણ તમને કોઈ વસ્તુ વિશે ઉત્સુકતા હોતી, ત્યાં ઘણી સંભાવના હોય છે કે તમને તે વસ્તુ વિશેનું એક પેકેટ આપવામાં આવ્યું હતું. અને તે તમને સંતુષ્ટ કરવા અને તેના વિશે વિચારવાનું બંધ કરવા માટે હતું. બાળક, આ તે છે જે વાહિયાતને આગળ વધો.

જ્યારે આ તમારી વિચારવાની રીત બની ગઈ, ત્યારે માહિતીના પેકેટ ત્રણ સ્ત્રોતોમાંથી આવ્યા:

- માતાપિતા, મિત્રો અને લોકો તરફથી કે જેના પર તમે વિશ્વાસ કર્યો છે.
- ટેલિવિઝન શો, મૂવીઝ અને તમે ઇન્ટરનેટ પર જોયેલા લોકોમાંથી.
- તમારા વ્યક્તિગત અનુભવોના આધારે તમારી પોતાની લાગણીથી.

તમે શંકા, પ્રશ્ન, અથવા પોતાનો અભિપ્રાય કેવી રીતે બનાવવો તે શીખ્યા નહીં. તમારી પદ્ધતિ માહિતીના પેકેટો પર આધાર રાખીને, અને તેમને વિશ્વાસ કરતી બની ગઈ.

અને જ્યારે તમે તેમના પર વિશ્વાસ કરો છો, ત્યારે તમને સંતોષની ભાવના પ્રાપ્ત થાય છે જે તેના વિશે વધુ વિચારવાની જરૂરિયાતને બંધ કરે છે. તમને લાગે છે કે હવે તમે તેના વિશે જાણો છો. વાત એ છે કે, તે આજ સુધી યથાવત્ છે. તમે હજી પણ એવું જ વિચારો છો.

ચાલો એક ઉદાહરણ લઈએ. કોઈ તમને પૂછે છે: *હું ગર્લફ્રેન્ડ કેવી રીતે મેળવી શકું?* તમારા મગજમાં, તમે તમારી પાસે રહેલી બધી માહિતી પર ધ્યાન આપશો કે છોકરીઓને શું ગમે છે, છોકરીઓ શું ઇચ્છે છે, અને વ્યક્તિએ શું કરવું જોઈએ.

અન્ય માહિતી અને સિદ્ધાંતોની તુલનામાં, આ જ everાનનો ભાગ્યે જ પ્રયોગ અથવા પૂછપરછ કરવામાં આવી હોવા છતાં, આ માહિતીના પેકેટ તમને વિશ્વાસ અપાવવા માટે લાવે છે કે તમે તેના પ્રશ્નના જવાબને જાણો છો. પરિણામોની આયુષ્ય અંગે કોઈ માહિતી નથી.

તમે ખરેખર આ બાબતો ઉપર વિચાર પણ કર્યો નથી. જાણવાની ઉત્સુકતા બદલીને જાણવાથી મળેલા સંતોષથી બદલાઈ ગઈ છે - ભલે તે બુલેશીટ છે. પરંતુ કારણ કે તમને બહારથી માહિતી શોધવા માટે તાલીમ આપવામાં આવી છે, જો એક પેકેટ કામ કરતું નથી, તો તમે બીજા માટે જુઓ, કારણ કે અસંખ્ય અન્ય ફક્ત એક ક્લિક દૂર ઉપલબ્ધ છે.

આ જ કારણ છે કે તમારી મોટાભાગની સમસ્યાઓ ઉકેલાયેલી રહે છે. તમે માહિતીના પેકેટો પર જાતે **વિચાર** કરવાને બદલે આધાર રાખશો . તમે કેટલીક જાદુઈ માહિતી મેળવશો જે તમારી સમસ્યાને તરત જ હલ કરશે, કોઈક

જે તમને માર્ગદર્શન આપશે અને તમને શું કરવાની જરૂર છે તે સમજાવશે.

શું તમે તમારી સમસ્યાઓનો ઉકેલ લાવવા માટે સક્ષમ છો?

જ્યારે તમને કોઈ સમસ્યા આવે ત્યારે તમે લેખો અને વિડિઓઝ શોધવાનું શરૂ કરો છો? વિગતવાર જાદુઈ સમાધાનની આશા સાથે લેખો વાંચતા પહેલા, તમે સૌ પ્રથમ બેસીને, સમસ્યાનું નિરાકરણ કરવાનો પ્રયાસ કરો, એક એક બિંદુએ, જાતે **વિચાર** કરીને? તમે નથી. તમે અન્ય લોકો પાસેથી ઉકેલો, વિચારો અને માહિતી પ્રાપ્ત કરવા માટે ટેવાયેલા છો. તેથી, જ્યારે તમે ભાગ્યે જ વિચારવાની પ્રેક્ટિસ કરો છો ત્યારે તમે કેવી રીતે વિચારવું તે શીખી લેવાની અપેક્ષા કરો છો!

જ્યારે પણ કોઈ તમારી પાસે કોઈ સમસ્યા લઈને આવે છે, ત્યારે તમે પણ તેમની સાથે તે જ કરો છો. તમે તેમને જે રીતે ઇન્ટરનેટ અથવા અન્ય લોકો દ્વારા જાતે આપો તે રીતે તમે તેમને માહિતીના પેકેટ આપો. તે ત્રણ વસ્તુઓ કરે છે:

- ધ્યાન તેમની સમસ્યાનું સમાધાન કરવા માટે હંમેશાં હોતું નથી.

- સહાય પ્રદાન કરવાની ફરજ અને તેનાથી તમને કેવું લાગે છે તેના પર વધુ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં આવ્યું છે. *હું ખૂબ આનંદ અનુભવું છું કે મેં તેમની મદદ કરી.*
- ધ્યાન તે વેચવા પર છે કે તમે જાણો છો કે તમે જેની વાત કરી રહ્યા છો, કારણ કે તમે અસમર્થ દેખાવા માંગતા નથી, જે ખરેખર અસમર્થતાનું નિશાની છે.

આત્મવિશ્વાસ વિશેની સત્ય

તેથી, સિદ્ધાંતમાં અલગ રીતે વિચાર કરવા માટે, બે સરળ વસ્તુઓની જરૂર છે:

- કંઈક જોવાની નવી રીત શોધવી; એક રીત જેનો તમે આજ સુધી વિચાર કર્યો નથી.
- તે કંઈક જોવાની એક નવી રીત છે, તેથી તમારે સામાન્ય રીતે તે વસ્તુ વિશે શું વિચારો છો તે અવગણવું પડશે.

ઉદાહરણ તરીકે, અમે એવા સમયમાં જીવીએ છીએ જ્યાં મોટાભાગના સમાચાર મીડિયા સંગઠનો અમને શું વિચારવું, શું અનુભવવાનું અને શું કહેવું તે કહે છે. તે કોઈ પણ વ્યક્તિ માટે તેના વિશે પોતાનું મન બનાવવા માટે કોઈ જગ્યા છોડતું નથી. આ મનુષ્યને 'શું વિચારવું' તે શીખવી રહ્યું છે. આ તાલીમ ખૂબ જ નાની ઉંમરે શરૂ થાય છે, અને કમનસીબે, ઘણા કિસ્સાઓમાં, બાળકોને આવું કરવા માટે પ્રથમ લોકો તેમની છે

માતા - પિતા.

'કેવી રીતે વિચારવું' તે વિરોધી છે. તે વિચારવાનો એક રીત છે જેમાં તમે તમારી માનસિક પ્રતિભાઓનો ઉપયોગ કરો છો અને તમને વેચવામાં આવતા પ્રભાવ, કથાઓ અને બુલશીટથી તમારા મનને સ્વતંત્ર બનાવો છો.

હું જેની વાત કરું છું તેનો ખ્યાલ આપવા માટે આ એક મોટું ઉદાહરણ છે.

તેથી, 'કેવી રીતે વિચારવું' વિકસાવવાનું પ્રથમ પગલું એ છે કે તમારે વસ્તુને પ્રથમ કેવી રીતે જોવી તે જાણવાની જરૂર નથી. તે તમારે ચાવી વગરની રહેવાની જરૂર છે; કારણ કે માત્ર પછી તમે કડીઓ શોધવા માટે શરૂ કરશે.

અને તમે કડીઓ શોધવાનું શરૂ કરવા માટે, તમારે બધી રીતે પહેલાંથી વસ્તુઓ કેવી રીતે જોવી તે શીખીશું. તે પછી જ તમે તેને જોવાની નવી રીત સાથે આવી શકો છો. આ રીતે સર્જનાત્મક વિચારસરણી પણ કાર્ય કરે છે.

હું તમને એક વાર બીજી રીતે કહીશ. જ્યારે તમારે કોઈ વિશે વિચારવું હોય, તો તમે તેના વિશે પહેલાના દરેક વિચારોને ભૂલી જાઓ છો. તમે શૂન્યથી શરૂ કરો. તમે શરૂ કરો: મને ખબર નથી.

હું સમજું છું કે હવે પણ થોડું ભારે લાગે છે. તેના માટે એક કારણ છે. આપણે એવી દુનિયામાં જીવીએ છીએ જે મોટાભાગે બુદ્ધિ નહીં પણ જ્ knowledgeાનની ઉજવણી કરે છે. અને જ્યારે જ્ knowledgeાન હોવું પૂરતું હોય છે, ત્યારે મોટાભાગના લોકો વિચારવાની કાળજી લેતા નથી. ખરેખર, મોટાભાગના લોકો માને છે કે જ્ intelligenceાન એ બુદ્ધિ છે, અને તે વધુ ખોટું હોઈ શકે નહીં.

કોઈ વ્યક્તિ કે જેની પાસે ઘણી ડિગ્રી હોશિયાર છે તે વિચાર એ ખૂબ ખોટી રીતે બદલાયેલ વિચાર છે; પરંતુ આપણે તેવું વિચારીએ છીએ. તેથી, શાળામાં, અમે બાળકોને શક્ય તેટલું શીખવાનું શીખવીએ છીએ. મહેનત દ્વારા અધ્યયન પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. બાળકોને કેવી રીતે વિચારવું તે શીખવવા વિશે શું? અમે હજી સુધી તે કરતા નથી.

ડિગ્રી એ કુશળતાનું પ્રમાણપત્ર છે; તેથી, ડિગ્રીવાળી કોઈ વ્યક્તિ, તે વિષયોમાં કુશળ વ્યક્તિ છે, કોઈ વાહિયાત ચિંતક નથી. અને વિવેચક અને રચનાત્મક વિચારવાની ક્ષમતા વિના, લોકો મોટા ભાગે અકલ્પ્ય કુશળ કામદારો રહે છે.

આ આપણા જીવનના તમામ ક્ષેત્રોમાં અને આપણે સમાજ તરીકે જે રીતે વિચારીએ છીએ તેના પર પાગલ પ્રભાવ છે, કારણ કે આ રીતે આપણે અનુયાયીઓ પણ બનીએ છીએ.

ચાલો આમાં યોગ્ય રીતે ડાઇવ કરીએ.

અમે વિશ્વમાં જીવીએ છીએ કે જ્LEાનવિજ્ATાનને જ્ CEાન આપે છે, ઇન્ટેલિજન્સ નથી

અમે એવી દુનિયામાં જીવીએ છીએ જેમાં, જો તમને જ્ knowledgeાન હોય, તો પછી તમે ઠંડી વ્યક્તિ છો. લોકો તમને સક્ષમ લાગે છે. હું એમ કહી રહ્યો નથી કે તે સારી વસ્તુ છે કે ખરાબ વસ્તુ; તે માત્ર કેવી રીતે વસ્તુઓ છે, ઠીક છે?

જ્યારે જ્ knowledgeાન તમને ઠંડુ અને સક્ષમ બનાવે છે, તો તમારું ધ્યાન તે જ્ knowledgeાનનો અર્થ શું છે તે એકત્રિત કરવા માટે, તેના વિચારથી બદલાઈ જાય છે. અને જ્યારે તમે ખાલી માહિતી એકત્રિત કરી રહ્યાં હોવ ત્યારે, તે તમને ખૂબ વિચારી શકશે નહીં, કારણ કે તે તમારો ઉદ્દેશ નથી.

તમારો ઉદ્દેશ સરસ છે; છેવટે, તે લોકોને પ્રભાવિત કરે છે - તમારે બીજું શું જોઈએ! કોઈ બાળકનું ઉદાહરણ લો કે જેણે તેમના વર્ગની ટોચ પર રહેવાનું નક્કી કર્યું; તેઓ અતુલ્ય સ્તર પર શીખી રહ્યાં છે, પરંતુ તેઓ જે શીખી રહ્યાં છે તેના વિશે ખરેખર વિચારતા નથી, કારણ કે તે તેમનો ઉદ્દેશ નથી. તે વર્ગ ટોચ પર છે.

તેથી, આ વિશ્વમાં, યુદ્ધ વધુ સમાપ્ત થયું છે કે કોણ વધારે જાણે છે, અથવા કોણ બતાવી શકે છે કે તેઓને વધુ જ્ knowledgeાન છે — આ જ છે જે પછી આપણે ચલાવી રહ્યા છીએ. મોટાભાગના લોકોને એ પણ ખબર હોતી નથી કે વાહિયાત ગુપ્ત માહિતીનો અર્થ શું છે. આશ્ચર્યજનક નથી કે લોકો વાંચન પર ખૂબ ભાર મૂકે છે, પરંતુ વિચારતા નથી.

જ્ledgeાન એ એક મહાન વસ્તુ છે જ્યારે ઉદ્દેશ્ય તમને વિચારવાનું બનાવે છે. જ્યારે તમે તેનો ઉપયોગ તમારા જીવનમાં સારા નિર્ણયો લેવા માટે કરો છો ત્યારે તે એક મહાસત્તા છે. જ્ledgeાન તે જ છે જે તમારી બુદ્ધિને વધારે છે, કારણ કે તે તમારા વિચારો માટેનો ખોરાક છે. પરંતુ જ્યારે તમે જ્ knowledgeાન અથવા ડેટાનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરવો તે જાણતા નથી, અને તેનો ઉપયોગ શ--. ફ કરવા માટે કરવામાં આવી રહ્યો છે - જે બુદ્ધિનો અભાવ દર્શાવે છે.

આપણી દુનિયાની રીત સાથેની સમસ્યા

જ્યારે જ્ havingાન હોવું એ યોગ્યતાની નિશાની બની જાય છે, ત્યારે જાણવું અસમર્થ બની જાય છે. તેથી જો તમે કહે છે: *હું નથી ખબર* માતાનો એટલે અક્ષમતા. લોકોને લાગે છે કે તમે મૂર્ખ, અજાણ, અજ્ntાની છો... તમને ખ્યાલ આવે છે.

હવે, જો તમને યાદ હોય, જ્યારે અમે અલગ રીતે કેવી રીતે વિચારવું તે વિશે વાત કરી રહ્યા હતા, ત્યારે પ્રથમ પગલું તમારે અસ્પષ્ટ હોવા જરૂરી છે; તે તમારે કહેવાની જરૂર છે, *મને ખબર નથી* . તે પછી જ તમે નવી રીતે તેના વિશે વિચારવાનું પ્રારંભ કરી શકો છો.

જ્યારે આપણે એવી સંસ્કૃતિમાં જીવીએ છીએ જ્યાં તેને સજા આપવામાં આવે છે, જ્યાં તરત જ બાજુઓ પસંદ કરવામાં આવે છે, અથવા હંમેશાં મક્કમ અભિપ્રાય રાખવો એ આદર્શ છે, વિચારસરણીને શિક્ષા થાય છે. આપણે તેને ભાન કર્યા વિના નિરાશ કરીએ છીએ. તેથી, અમારા મંતવ્યો ક્યાં તો માહિતી પરની પ્રથમ પ્રતિક્રિયાઓ બની જાય છે, અથવા અન્ય સ્રોતોથી 'શું વિચારવું' તે શીખે છે.

સત્ય એ છે કે, કોઈ બાબતમાં નક્કર અભિપ્રાય બનાવવામાં સમય લે છે. જ્યારે તમે વિચારતા હોવ ત્યારે, તે દિવસો પણ લેશે. પરંતુ એવી દુનિયામાં જ્યાં લોકો એવા મુદ્દાઓ પર નિષ્ણાત હોવાનો દાવો કરે છે કે જેના વિશે તેઓને કોઈ જાણ નથી, ટૂંકા ગાળા માટે પણ અણઘડ રહેવું અને વિચારવું ખરેખર મુશ્કેલ છે . કોઈ આશ્ચર્ય નથી કે અમારી પાસે ડાબી બાજુ અને જમણી પાંખ છે, અને દરેક વસ્તુમાં હજારો અન્ય જૂથો છે. કોઈપણ વ્યક્તિ ફક્ત રાહ જોવી અને બધા દ્રષ્ટિકોણથી કંઈક વિશે વિચારવા માંગતો નથી.

દરેક વ્યક્તિને ખાતરી છે કે તેમણે સમગ્ર બાબત શોધી કા haveી છે, પછી ભલે તે રાજનીતિ હોય, આધુનિક તકનીક હોય કે પર્યાવરણીય અથવા સામાજિક મુદ્દો. જ્યારે જ્ knowledgeાન હોવું એ યોગ્યતા હોય છે, ત્યારે કોઈપણ જે તમારા ચોરાયેલા મંતવ્યોથી અસંમત હોય છે તે મૂર્ખ બની જાય છે, અને જેનો કોઈ અભિપ્રાય નથી તે સીધો મૂંઝવણમાં મૂકાઈ જાય છે - *તે વ્યક્તિ કોણ છે! તને પરવા નથી? તમે સ્વાર્થી છો? કૃપા કરીને તે તમારા માટે મહત્વપૂર્ણ છે તેવો ડોળ કરું છું જેથી હું આ ચતુર અભિપ્રાય શેર કરી શકું કે મેં કોઈની પાસેથી ચોરી કરી છે અને શ્રેષ્ઠ અનુભવી શકો છો? મહેરબાની કરીને મારી ચર્ચા કરો.*

વસ્તુ એ છે કે જ્યારે ફક્ત જ્ knowledgeાનની કિંમત હોય છે, ત્યારે તે તેને ગમે ત્યાંથી મેળવી શકે છે, કારણ કે સ્રોતથી કોઈ ફરક પડતો નથી. સ્રોત આ હોઈ શકે છે:

- લેખ. તમે માહિતીને સ્કેન કરો છો, અને પછી લેખકના અભિપ્રાય લો છો. તમે પણ માનો છો કે તમને નિષ્ણાતની જેમ આ મુદ્દાની જેટલી સમજ છે.
- એક મિત્ર, જેમણે તેઓને જે શીખ્યા તે તમને કહ્યું છે, જે તમે પછીથી તમારા પોતાના સંશોધન તરીકે પાઠ કરો છો.
- સમાચાર કોમેડી શો; ક comeમેડીનો અહેસાસ ન કરવો એ ફક્ત તમને વિચાર કરવા માટે છે, તમને શું વિચારવું જોઈએ તે કહેવાની નથી.
- સમાચાર સ્ત્રોતો, જે ધ્વજ-આરોહકો પસંદગીના સિધ્ધાંતો છે.
- ટિપ્પણીઓ વિભાગમાં ફક્ત લેખોની શીર્ષક અને લોકો શું કહે છે તે વાંચન.
- તમે જે લોકોનો આદર કરો છો તે કહી રહ્યા છે. તમે અનુસરો છો તે પ્રખ્યાત લોકો શું કહે છે. તમે જે જૂથને અનુસરો છો અને તેની સાથે શું ઓળખો છો તે કહે છે.

ઉપરોક્ત બધા તમને શું વિચારો તે શીખવે છે. અને આ રીતે આપણે આ દુનિયામાં સક્ષમ દેખાઈએ છીએ - જેમાંથી કંઈ 'કેવી રીતે વિચારવું' તે આવતું નથી.

અમે છી જાણતા નથી

જો તમે હોશિયાર બનવા માંગતા હો, તો મારા મિત્ર, તમારે સ્વીકારવું પડશે કે તમે છી જાણતા નથી. તમને આજ સુધી જે કંઈપણ શીખવવામાં આવ્યું છે તે કોઈક તરફથી આવ્યું હતું કે તમારે શું અનુભવું જોઈએ અને શું વિચારો.

અમે એવી દુનિયામાં જીવીએ છીએ જ્યાં આપણે પહેલાથી જ **વર્ણનાત્મક** નિર્માણ કર્યું છે **.** આ વર્ણનો બે બાજુ અથવા વધુ બનાવે છે. જ્યારે જ્ knowledgeાન હોવું તમને સક્ષમ બનાવે છે, ત્યારે તમે સ્પષ્ટપણે સામગ્રી વિશે જાણવા માગો છો અને અભિપ્રાય પણ મેળવશો.

જ્યારે આપણે વિચાર કરવા અને આપણા પોતાના પર સંશોધન કરવા માટે સમય કા .તા નથી, ત્યારે આપણે આપણી લાગણીઓને આપણી બોલી કરીએ. તેથી જે પણ કથા આપણી લાગણીઓને સમજાય છે તે જ આપણે પસંદ કરી છે. તે પછી, તમે જે વિચારવાનું છે તે કહેવાનું તમે પસંદ કર્યું છે તે કથામાંથી લોકો પર આધાર રાખો છો. આ કથાઓ કેવી રીતે કાર્ય કરશે?

એક બાજુ માહિતીનો ઉપયોગ અભિપ્રાય બનાવવા માટે કરે છે જે તેમના વર્ણનને ટેકો આપે છે, જેમ કે *ઇમિગ્રન્ટ્સ દુષ્ટ છે.* બીજો પણ તે જ કરે છે, *ઇમિગ્રન્ટ્સ પણ આપણા જેવા જ છે* . વધુ અને નવી માહિતી સાથે, બાજુઓ કાં તો ગુમાવે છે અથવા જીતે છે. પરંતુ તેઓ બચાવ અને હુમલો કરતા રહે છે અને કથાનો સર્કસ અવિરતપણે ચાલુ રહે છે.

તમને ખાતરી છે કે શા માટે તમે જાણો છો તે સાચું છે તે કારણ છે કારણ કે વર્ણનોએ તેને તમને ખૂબ ખાતરીપૂર્વક વેચ્યું છે. તે માત્ર એક તેજસ્વી સેલ્સમેનશીપ છે. તમે જે ખ્યાલમાં નિષ્ફળ જાઓ છો તે છે: તમારે તેમના પર આધાર રાખવો પડશે કારણ કે તમને શું વિચારવું તે ખબર નથી. તમે ખરેખર છી નથી જાણતા.

કોઈપણ વ્યક્તિ અથવા કોઈપણ નિષ્ણાત કે જે દાવો કરે છે કે તેઓ ખાતરીપૂર્વક જાણે છે તે જાણતા નથી કે તેઓ શું કહે છે. ભવિષ્યમાં સો વર્ષથી સમાન ક્ષેત્રના નિષ્ણાંત તેમને જે જાણતા હશે તેની મર્યાદાઓ જણાવશે. સાચા અર્થમાં, આપણે ફક્ત થોડું જ જાણીએ છીએ. અને હજી સુધી, સામગ્રીને જાણવાનું અયોગ્યતાના સંકેત તરીકે માનવામાં આવે છે.

અમે તે જ સમયે અયોગ્ય અને પ્રતિસ્પર્ધી છીએ

ચાલો આપણે શું સક્ષમ કરીએ છીએ તે વિશે ચર્ચા ઝડપથી સમાધાન કરીએ. આપણે માણસો છીએ. અમે કેટલીક વસ્તુઓમાં ખરેખર સક્ષમ છીએ, અને ઘણી બધી વસ્તુઓમાં સંપૂર્ણ રીતે suck કરીએ છીએ. અમે એક જ સમયે બંને સક્ષમ અને અસમર્થ છીએ.

સમસ્યા એ અમારી મૂંગી ધારણા છે કે જો કોઈ એક ક્ષેત્રમાં સક્ષમ છે, તો તેઓ અન્ય તમામ પાસાઓમાં અદ્ભુત હોવા જોઈએ. દુર્ભાગ્યે, તે જ રીતે આપણે છાપો બનાવીએ છીએ. *'તેઓ આ વસ્તુમાં ખૂબ સક્ષમ છે; તેથી તેઓ એકંદરે મહાન હોવા જોઈએ. '* ના. કોઈ વસ્તુમાં મહાન કુશળતા, વિશાળ જ્ knowledgeાન અને અનુભવ હોવો તે તમને **ફક્ત** તે જ વસ્તુમાં સક્ષમ બનાવે છે . ઉદાહરણ તરીકે, એક વ્યક્તિ એક સક્ષમ પ્રોગ્રામર હોઈ શકે છે, પરંતુ તે એકંદરે એક સક્ષમ વ્યક્તિ બનાવતો નથી. કોઈ રસ્તો તે સૂચવતો નથી કે તે જ વ્યક્તિ વિચારવાની, વર્તવાની, સમજવાની અને બનાવવાની બાબતોમાં સક્ષમ છે.

એ જ રીતે, કેવી રીતે વિચારવું તે તમને બધી બાબતોમાં સક્ષમ બનાવતું નથી. તે બધાં તમને વિચારસરણીથી સંબંધિત પાસાંઓમાં સક્ષમ બનાવવાનું છે ; ઉદાહરણ તરીકે, તમે નિર્ણય લેવામાં વધુ સારા બનશો .

લોકોને કાં તો સક્ષમ અથવા અસમર્થ તરીકે જોવાની ઇચ્છાનો આખો વિચાર એ છે કે આપણે છૂટકારો મેળવવાની જરૂર છે. લોકો એ લોકો છે - આ જ રીતે તમારે વસ્તુઓ જોવાની જરૂર છે.

તે અલગ વિચારવા માટે શા માટે સખત છે?

સ્પષ્ટ શબ્દોમાં, અલગ રીતે વિચારવાના બે તબક્કા છે:

- જાણવાનું કે ચાહના ન રાખવું
- જાણવાની ઇચ્છા છે

જો આપણે આપણા મનમાં અને જીવનમાં 'શું વિચારવું' ન લાવ્યા હોત તો આ સરળ રહેત. હવે આ તબક્કો જેવો દેખાય છે:

- ખબર નથી
- 'શું વિચારવું' શીખવી
- 'શું વિચારવું જોઈએ'
- જાણવાની ઇચ્છા છે

'શું વિચારવું જોઈએ' એ ત્યાગ કરવો એ સૌથી મુશ્કેલ બાબત છે. માત્ર એટલા માટે નહીં કે તમને તાલીમ આપવામાં આવી છે. ના, સાહેબ, તે એટલા માટે છે કે તમે કથા અને વિચારધારાના અનુયાયી બન્યા છો. તમે વિશ્વને એક નિશ્ચિત રીતે જોશો, અને શું વિચારવું જોઈએ તે છોડી દેવા માટે પણ તેને છોડી દેવાની જરૂર રહેશે. હું જાણું છું; તમારી લાગણીઓ સામેલ છે; સમુદાયની ભાવના છે; તમે ઘણા બધા જૂથો અને પૃષ્ઠોને અનુસરો છો; તમે મિત્રો બનાવ્યા છે; તમે કદાચ વિચારશો કે તે હવે તમારી ઓળખ છે. તે મુશ્કેલ હોઈ શકે છે.

કદાચ જો આપણે તેમના વિશે વાત કરીશું, તો તે વધુ સરળ હશે.

તેઓ તમને કેવી રીતે અનુસરો

તમે **કથાઓનું** પાલન કરો છો . વર્ણનો મૂળભૂત રીતે વસ્તુઓ કેવી રીતે જોવી તેના નમૂનાઓ છે. વર્ણનાત્મક themselvesતિહાસિક ડેટા, વર્તમાન સમયની માહિતી, તમારી લાગણીઓ, આદર્શ દૃશ્યો, તમારી માહિતીનો અભાવ અને પોતાને બનાવવા અને ફેલાવવા માટે સેલ્સમેનશિપનો ઉપયોગ અને ટ્વિસ્ટ કરે છે . જો તમે આ પેટર્ન જોઈ શકો છો, તો તમે તરત જ તમારી જાતને મુક્ત કરી શકશો.

ઉદાહરણ તરીકે, ચાલો ડાયરેસોર્સ અસ્તિત્વમાં ન હતા તે કથા આપીએ.

- તે ઐતિહાસિક વિચિત્રતા માહિતી મૂળભૂત **વાપરે** શું દલીલ આધાર આપે છે અને ઈન્કાર અને એવાં શું નથી.

- તે પુરાવાને બદનામ કરે છે તે સિદ્ધાંતો બનાવીને હાલની માહિતીને ટ્વિસ્ટ કરે છે .
- તે તમારી લાગણીઓનો ઉપયોગ કરે છે, જેમ કે, આ કિસ્સામાં સંશયવાદ અને ભગવાનનો પ્રેમ.
- તે એક આદર્શ દૃશ્યનો ઉપયોગ કરે છે, જે તમારા સંશયવાદને મૂડી રાખે છે, જેમ કે તે સરકાર, નાસ્તિક, વૈજ્ scientistsાનિકો અથવા જેણે ધર્મને બદનામ કરવા અને ધર્મ ઉપર વિજ્ propagાનનો પ્રચાર કરવા માટે કાવતરું થિયરી બનાવી છે.
- તે તમારા પોતાના ડેટાની અભાવ અને તેના પર સંશોધન કરવાની આળસને કમાવે છે.
- અંતે, એક પ્રતીતિપૂર્ણ, પ્રભાવશાળી વ્યક્તિનો ઉપયોગ પ્રવક્તા તરીકે થાય છે. એક વ્યક્તિ જે તમને વિચારવા લાવે છે, *તે એવું લાગે છે કે તે જાણે છે કે તે શું વાત કરે છે.*

આ વિશ્વમાં ઘણાં વર્ણનાત્મક ઉપસ્થિત છે. આપણે બધા થોડા અનુસરીએ છીએ. સૌથી વધુ પ્રખ્યાત લોકો હોવું જોઈએ: આપણો રાષ્ટ્ર સૌથી મહાન છે. આપણો ધર્મ સૌથી મોટો છે. આપણી સંસ્કૃતિ શ્રેષ્ઠ છે. જો આપણે થોડા લોકોથી છૂટકારો મેળવી શકીએ તો આપણો રાષ્ટ્ર મહાન બનશે. આ અન્ય રાષ્ટ્ર આપણો દુશ્મન છે. લોકોનું આ જૂથ હિંસક છે. આપણી સંસ્કૃતિ જોખમમાં છે. લોકોનું આ જૂથ ગૌણ છે. વિજ્ .ાન દુષ્ટ છે. અને ચાલુ.

તેઓ જટિલ પણ નથી. ફક્ત સ્ક્રિપ્ટ યાદ રાખો:

- તે કથાને અનુકૂળ કરવા historicalતિહાસિક ડેટાને પસંદગીપૂર્વક ઉપયોગમાં અને ટ્વિસ્ટ કરે છે.
- તે ભય અથવા ક્રોધની આભા બનાવવા માટે હાલની માહિતીનો ઉપયોગ કરે છે અને ટ્વિસ્ટ કરે છે.
- તે તમારી ભાવનાઓનો ઉપયોગ કરે છે.
- તે એક આદર્શ દૃશ્યનો ઉપયોગ કરે છે, ભૂતકાળમાંથી અથવા ભવિષ્યમાંનો એક.
- તે તમારા ડેટા અને તથ્યોના અભાવને મૂડી રાખે છે.
- અંતે, મનાવનારા, પ્રભાવશાળી અવાજો અને આકૃતિઓ પ્રવક્તા તરીકે ઉપયોગમાં લેવાય છે.

ઉદાહરણ તરીકે, લો 'આપણો રાષ્ટ્ર સર્વોત્તમ છે', તેને સ્ક્રિપ્ટ દ્વારા મૂકો, અને નિર્માણ કથા છે:

- આપણો રાષ્ટ્ર મહાન થતો.

- રાષ્ટ્ર હવે મહાન નથી.
- શું તમે નથી ઇચ્છતા કે રાષ્ટ્ર અને લોકો ફરીથી ઉગે?
- જો આપણે આ અથવા તે કર્યું, તો આપણે ઉદય અને સમૃદ્ધિ કરીશું, ઉદાહરણ તરીકે, આ વ્યક્તિને પસંદ કરો.
- આપણી વર્તમાન પરિસ્થિતિ માટે આપણે બધા લોકો, રાજકીય પક્ષો અને રાષ્ટ્રોને જવાબદાર ઠેરવી શકીએ છીએ.
- છેલ્લે, રાજકારણીઓ, સમાચાર એન્કર, સેલિબ્રિટીઝ, વકીલો, સોશ્યલ મીડિયા હસ્તીઓનો ઉપયોગ પ્રવક્તા તરીકે થાય છે.

તમે જે પણ વર્ણનોનું પાલન કરો છો તેનાથી તમે ખૂબ પ્રભાવિત છો. અને પછી ભલે તે જમણી પાંખ હોય અથવા ડાબી પાંખ હોય અથવા કંઈ પણ હોય - તે બધા એક સમાન પેટર્નનો ઉપયોગ કરે છે. તથ્યો અને તાર્કિક તર્ક ડાબી અથવા જમણી પાંખ નથી, અથવા તેઓ વિચારધારા વિશે છીનવી શકતા નથી. તેથી, જો તમને લાગે કે તમે તર્ક અને સામાન્ય સમજણનો અભ્યાસ કરો છો, તો તમે વિચારધારા અને વર્ણનો વિષે કોઈ વાતો નહીં કરો. તમે બંને બાજુ છીછરો શોધી શકશો. સવાલ એ છે: શું તમે?

તમારી વ્યક્તિગત અનુભવ શ્રેષ્ઠ શિક્ષક નથી

તમે તમારા વ્યક્તિગત અનુભવો પરથી પણ તમારી વિચારની રીત બદલો છો. સારો અનુભવ તે વસ્તુ અથવા વ્યક્તિ વિશેની તમારી આખી ધારણાને સકારાત્મક પ્રકાશમાં આકાર આપે છે. એ જ રીતે, ખરાબ અનુભવ તેનાથી વિરુદ્ધ કરી શકે છે. સત્ય એ છે કે, તેઓ મહાન શિક્ષકો નથી. તમે વ્યક્તિગત અનુભવોથી બનાવેલી ધારણાઓ તમારા ડેટા પર ખૂબ મર્યાદિત છે, તમારા પર્યાવરણ પર નિર્ભર છે અને ફક્ત **તમારી** વ્યક્તિગત વાસ્તવિકતામાં જ અસ્તિત્વ ધરાવે છે . તે અપૂર્ણ અને અવિશ્વસનીય ડેટા છે.

ઉદાહરણ તરીકે, સંબંધની શરૂઆતમાં, જ્યારે બધું સરસ રીતે ચાલે છે, ત્યારે સામાન્ય રીતે લોકો પ્રત્યેની તમારી સમજણ બની શકે છે, *લોકો મહાન છે, જીવન ખૂબ મહાન છે.* પરંતુ જો તમે કોઈ વ્યક્તિ દ્વારા છોડી દેવામાં આવે છે અથવા તેની સાથે છેતરપિંડી કરવામાં આવે છે, તો તમારી સમજણ બની શકે છે: *દરેક વ્યક્તિ સ્વાર્થી છે . બધા પુરુષો એસોહલ્સ છે. બધી સ્ત્રીઓ સોનાની ખોદનાર છે.*

બીજું ઉદાહરણ છે, જ્યારે લોકો કોઈ એવા દેશની મુસાફરી કરે છે જ્યારે તેઓ પહેલાં ક્યારેય ન હોય, અને સારા અનુભવને લીધે, તેઓ દ્રષ્ટિ બનાવે છે, ત્યારે *આ દેશના લોકો ખૂબ સરસ હોય છે. તેઓ માત્ર મહાન છે.* તે તમારા વ્યક્તિગત અનુભવના આધારે એક સામાન્યીકરણ છે. કોઈ બીજાનો અનુભવ તમારો વિરોધી હોઈ શકે.

તેથી, આવા શીખવાનું કથન દ્વારા સરળ ભરતી કરવાનું વલણ ધરાવે છે

અને વિચારધારાઓ. ઉદાહરણ તરીકે, જો તમને વિદેશીઓ સાથે ખરાબ અનુભવ થયો હોય, તો તમે 'વિદેશી લોકો ખરાબ છે' અને સામાન્યીકરણની કથામાં જોડાઇ શકો છો. જો તમારી પાસે સારા અનુભવો છે, તો પછી તમે 'વિદેશી લોકો મહાન છે', અને સામાન્યીકૃત પણ થઈ શકશો. સરળ સામાન્ય સમજ તમને કહેશે: તેઓ ફક્ત લોકો છે.

જ્યારે તમારા અંગત અનુભવોની વાત આવે છે, ત્યારે પોતાને યાદ અજમાવવાનો પ્રયત્ન કરો કે તમારે જે જાણવાની જરૂર છે તે તેઓએ તમને શીખવ્યું નથી. વિશ્વ તમારી આસપાસ ફરે નથી, તેથી તમારી અર્થઘટન ખોટી હોઇ શકે તેવી એક વિશાળ સંભાવના છે; કે કદાચ તમે તેના વિશે બધું જાણતા નથી; અથવા કદાચ તમને તેના વિશે કંઇ જ ખબર નથી. તે એક ખરાબ જગ્યાએ નથી હોઈ ટુ કંઈક વિશે ખબર નથી. તમે જ્યારે પણ તમારી જાતને કબૂલ કરશો ત્યારે જ તમે કંઇક વિશે વધુ મેળવી શકો છો.

જ્યારે તમે એ રીતે છોડી જશો ત્યારે તમે વિચારો છો

ફક્ત તમને યાદ કરવા માટે, તમે હમણાં કેવી રીતે વિચારી શકો છો તેનું ઉદાહરણ અહીં છે: જ્યારે તમને કોઈ પ્રશ્ન પૂછવામાં આવે છે જે માટે તમારો દૃષ્ટિકોણ જરૂરી છે, તમારું મન તરત જ તમારા વિષય પરની બધી માહિતીના પેકેટો શોધવાનું શરૂ કરે છે. તમે કદાચ જોયેલા ઇન્ટરવ્યુ તમને યાદ હશે, જેમાં એક વ્યક્તિએ તે જ સવાલનો જવાબ આપ્યો હતો. તમને એક પોડકાસ્ટ યાદ હશે જેણે આ જ પ્રશ્ન સાથે વ્યવહાર કર્યો હતો. એકવાર તમે આને યાદ કરો, પછી તમે તમારો જવાબ ખૂબ વિશ્વાસથી આપો છો.

આ રેકોર્ડ કરેલા જવાબો અને ચોરી કરેલી સમજ - જો તેઓ અન્ય લોકોને મનાવી શકે અને પ્રભાવિત કરી શકે - તો પણ તમને તમારી પોતાની ધારણા બનાવવા અને વિચારણા કરતા અટકાવે છે . તેઓ જેટલા પ્રભાવશાળી હોઈ શકે છે, તે તમારા નથી. ઉપરાંત, કારણ કે તેઓ તમારામાં ન હોય, તેઓ મોટાભાગે તમારા અપ્રયુક્ત રહે રોજ-બ-દિવસ જીવન.

'કેવી રીતે વિચારવું' બે બાબતોની જરૂર છે:

- તમે અત્યાર સુધી એકત્રિત કરેલી માહિતી અથવા ધારણાઓના **તમામ** પેકેટનો ત્યાગ .
- ખબર મેળવી અથવા પર આધાર દ્વારા બહાર શોધવા **ડેટા** અને **વિચારસરણી** .

આ તમામ માહિતીનાં પેકેટોને નકારી કા youીને, તમે તમારી જાતને વિચારવાની તાલીમ આપી રહ્યા છો. તે એ પણ સ્વીકારે છે કે તમારા અગાઉ યોજાયેલા ઘણાં દૃષ્ટિકોણો એકતરફી હોઈ શકે છે.

જ્યારે તમે અનુયાયી હતા, ત્યારે તમારે ડેટા તરીકે ડેટા જોવાનું બંધ કર્યું; તેના બદલે તમે આશ્ચર્ય સાથે અટકી ગયા, આ ડેટા કઇ કથા રજૂ કરે છે? આનાથી તમે હેતુપૂર્વકની માહિતીને અવગણશો જેણે તમે અનુસરીને કથાને પડકારી હતી.

તમે તેને મારા કથા - જે સારું છે - અને બીજું - જે ખરાબ છે તે વચ્ચેના યુદ્ધ તરીકે જોવાની શરૂઆત કરી . તમે આ વિચારથી એટલા આકર્ષિત થઈ ગયા કે દર વખતે પ્રત્યક્ષ ડેટા તમને રજૂ કરવામાં આવતો હતો જે તમારી ધારણાને અસર કરી શકે, તમે જે સંભાળ લેતા તે પ્રથમ વસ્તુ સ્રોત હતી: આ કઈ વેબસાઇટની છે? તેથી, ડેટા મહત્ત્વપૂર્ણ બન્યો, તથ્યો ગૌણ બન્યા; સ્રોત બધું બની ગયું. જો સ્રોત દુશ્મનના નિવેદનોની સૂચિમાં હતો, તો ડેટા પુરાવા દ્વારા સપોર્ટેડ તથ્યો હોવા છતાં, તે બુલશિટ બની ગયો હતો. *આ જમણેરી પ્રચાર છે. તે ઉદાર પ્રચાર છે.* આ તમારી કલ્પનાઓને એકતરફી, નિયંત્રિત અને કથાઓ દ્વારા પસંદ કરે છે .

એકવાર તમે તમારી જાતને તમામ કથાઓ અને માહિતીના પેકેટોથી મુક્ત કરી લો અને ફક્ત ડેટા મેળવશો, ત્યારે તમને ખ્યાલ આવશે કે તમે તમારી વિચારણા શીખવા અને વિકસાવવા માટે કેટલું બંધ કર્યું છે.

ડેટા એ મન-ફુકર છે

જો તમે ડેટાને ઉદ્દેશ્યથી જોઈ શકો છો, તો તેમાં તમારી બધી પાછલી દ્રષ્ટિ અને વિચારસરણીને સંપૂર્ણપણે બદલવાની, સુધારવાની અથવા નાશ કરવાની શક્તિ છે. અહીં તમારા મગજમાં ડેટા કેવી રીતે તૂટી પડે છે તેનું એક ઉદાહરણ છે: જો તમે લગ્ન વિશે સામાન્ય સમસ્યા સાંભળી હોય, તો તમે વિચારી શકો છો કે તમારી પાસે સમાધાન છે કારણ કે તમે આ વિશે પહેલા સાંભળ્યું હશે. પરંતુ, જેમ તમે વધુ અને વધુ માહિતી મેળવશો, તમે જોશો કે સમસ્યા વધુ જટિલ, ખૂબ ભાવનાત્મક અને ખૂબ માનવીય બની રહી છે. નવા ડેટા સાથે, તમે અનુભવી શકો છો કે તમારો જૂનો ઉકેલો હવે લાગુ થતો નથી.

મુદ્દો છે: તમારી દ્રષ્ટિ હંમેશા નવા ડેટા દ્વારા પડકારવામાં આવી શકે છે. આપણી વિચારસરણી વર્તમાનમાં આપણે જે પણ જાણીએ છીએ તેના પર સંપૂર્ણ નિર્ભર છે, જેનો અર્થ છે કે આપણે કંઇપણ વિશે વધુ જાણતા નથી. નવો ડેટા કોઈપણ દિવસમાં આવી શકે છે અને તે બદલી શકે છે, અથવા તેની પુષ્ટિ કરી શકે છે.

આનું બીજું ઉદાહરણ છે: જ્યારે તમે કોઈ દંપતીને પહેલીવાર જોશો, ત્યારે તમે તેમના સંબંધો અને તેઓ કોણ છે તે અંગેની ખ્યાલ આવી શકે છે. પાછળથી, વધુ માહિતી સાથે, તમે અનુભવી શકો છો કે તમારી પાછલી સમજણ સંપૂર્ણપણે ખોટી હતી.

તમે હંમેશાં વિચારક તરીકે રહેવું

એક રીતે, 'કેવી રીતે વિચારવું' એ નિશ્ચિતતા સાથે જાણવાનું સતત, ક્યારેય ન સમાયેલ સંઘર્ષ બની જાય છે . દ્વારા ક્યારેય સમાપ્ત ન થતાં, હું અર્થ નથી કે તમે કરવા માટે સમર્થ હશે નહીં

કંઈપણ હલ કરો. અલબત્ત, તમે વસ્તુઓને હલ કરવાની ઘણી સમજ, સિદ્ધાંતો અને પ્રભાવશાળી દાખલાઓનો વિકાસ કરશો. તેનો અર્થ શું છે, તમે હંમેશા શંકામાં રહેશો; તમે હંમેશા વિદ્યાર્થી રહેશો, અને ડેટા કાયમ માટે તમારા શિક્ષક રહેશે. જો તમારી પાસે સિદ્ધાંતો છે જે કંઇક આશ્ચર્યજનક રીતે કાર્ય કરે છે અને સમજાવે છે, તો પણ તમે તેને વધુ સારી રીતે બાંધી દેવા માટે તૈયાર છો.

તમે સ્વીકાર્યું હશે કે તમે ખરેખર બે કારણોસર ખાતરી માટે નથી જાણતા:

- હંમેશાં નવો ડેટા હોય છે જે તમારા સ્પષ્ટીકરણોને લાગુ કરી શકાય તેવા હોઈ શકે છે.
- તમારા સ્પષ્ટીકરણો શ્રેષ્ઠ છે કે જે આ ક્ષણે તમારું મન આવી શકે.

આ તમને નમ્ર અને ભૂખ્યા રાખે છે. આ તમારા મગજને વધુ તીવ્ર બનાવે છે કારણ કે તમે વધુ સારી રીતે સ્પષ્ટતા કરીને આગળ વધવા પ્રયાસ કરો. આ માટે, તમે વધુ માહિતીનો વપરાશ કરો છો, તમારા મગજમાં જ્ yourાન ભરો છો, અને તેમાંથી વધુ સારી સિદ્ધાંતો બનાવો છો. તમે તે લોકોથી વિપરીત છો જેમને લાગે છે કે તેઓ બધું જાણે છે. તમે ચર્ચામાં દેખીતી રીતે તેમનો નાશ કરી શકો છો; પરંતુ, તમારા મનમાં, તમે તમારી જાતને કંઇપણ ન મૂકશો, અને તેથી એક શીખનાર તરીકે જ રહેશો.

કેવી રીતે સોલ્યુશન્સ અને નિશ્ચિતતા બિલ્ડ કરવા

એકવાર તમે 'શું વિચારવું' છોડી દીધું છે, શરૂઆતમાં, તમે અસ્પષ્ટ અનુભવશો. તે જ અસ્પષ્ટતા છે જે તમને પ્રથમ વખત વિસ્તૃત પઝલ જોતી વખતે એક બાળકની જેમ અનુભવાતી હતી. તમને કોઈ પેટર્ન ખબર નથી કે જેની સાથે તેને તરત જ હલ કરવામાં આવે. પરંતુ એકવાર તમે માનો છો કે તમે તે કરી શકો છો અને પડકારનો સામનો કરી લો, પછી તમે તેને સમાપ્ત કરી લો. પછીથી ત્રણ વસ્તુઓ થાય છે:

- બીજી વખત જ્યારે તમે સમાન પઝલ હલ કરો છો, તો તમે તેને પ્રથમ વખતથી અલગ રીતે હલ કરી શકો છો. તમારી યાદશક્તિ તમારી પ્રથમ સફળતાના તમામ પગલાંને પકડવામાં નિષ્ફળ થઈ શકે છે, તેથી તમે તેને પુનરાવર્તન કરી શકતા નથી. પરંતુ, ઘણી પુનરાવર્તનો પછી, તમે પઝલને અમુક ચોક્કસ દાખલાઓથી હલ કરવાનું શીખી શકશો. તેવી જ રીતે, જ્યારે તમે કોઈ સમસ્યા હલ કરવા અથવા તમારી કલ્પનાને બનાવવા માટે તમારી વિચારસરણીને લાગુ કરો છો, ત્યારે તમે પુનરાવર્તનો દ્વારા, અમુક તબક્કો શોધી શકો છો જે અસરકારક રીતે સમાન કોયડાઓ હલ કરવામાં તમારી માનસિક શિક્ષકોને વફાદારીથી સેવા આપે છે.

- આ દાખલાઓ બધી કોયડાઓનો હલ ન કરી શકે.

- સમસ્યા જેટલી વિસ્તૃત થાય છે, વધુ વિકસિત પેટર્ન બનવાની ફરજ પડે છે. આ જ દ્રષ્ટિએ લાગુ પડે છે. વધુ મુશ્કેલીઓ ધરાવતા મુદ્દા સાથે, તમારે સંપૂર્ણ પેટર્ન પર ફરીથી વિચાર કરવો પડશે.

મોટે ભાગે, 'કેવી રીતે વિચારવું' નો અર્થ છે ડેટાને તમને વિચારવાની મંજૂરી આપવી; ડેટા વિશે કેવું લાગે છે તે અંગેની કલ્પના તમારી પૂર્વધારણા *નથી* . તમે ત્યારે જ શીખો જ્યારે તમે ભણવા માટે ખુલ્લા છો. કેવી રીતે વિચારવું તે વિકસાવવા માટે, તમારે તમારા વ્યક્તિગત ચુકાદાઓ, પૂર્વગ્રહો અને પૂર્વગ્રહો પ્રત્યેની અવગણના સાથે સમસ્યાની **સામગ્રી** પર **ધ્યાન કેન્દ્રિત** કરવું પડશે . તો જ નવી પદ્ધતિ અને નવી સમજ જન્મ લેશે.

કેવી રીતે અલગ વિચારવું એ એક ક્ષમતા છે જે તમારા દ્વારા તમારી પોતાની વિચારસરણીથી વ્યક્તિગત રીતે વિકસિત થવાની છે. તમે તમારી પોતાની પદ્ધતિઓ સાથે આવવા જઇ રહ્યા છો. આનો અર્થ એ નથી કે તેઓ પહેલાં અસ્તિત્વમાં ન હોત; તેનો અર્થ એ થશે કે તમે જે દાખલા સાથે આવ્યા છો તે તમને સૌથી વધુ અને શ્રેષ્ઠ પ્રદાન કરશે.

અને હવે આપણે છેલ્લા અધ્યાય પર આગળ વધીએ છીએ.

અધ્યાય સત્તર

ભૂલી ન શકાય તેવી થોડી સરળ બાબતો

માઇલથી બુલશીટ સ્પોટ કરવાનું શીખો

એવા લોકો છે કે જે એક માઇલ દૂરથી કોઈપણ પ્રકારની બુલશીટ અનુભવી શકે છે - જે તમારું લક્ષ્ય હોવું જોઈએ. આનો અર્થ છે, જ્યારે તમે સમાચાર જોતા હોવ અથવા કંઈપણ વેચાઇ રહ્યા હોવ, ત્યારે તમે કથાથી ડેટાને અલગ પાડવા માટે સક્ષમ છો. ભૂલશો નહીં, કથાઓમાં પણ લોકો સામૂહિક રીતે કેવી રીતે વિચારે છે અને લોકોને કંઈક એવું વિચારે છે કે તેઓ પહેલા વિચારતા ન હતા તે વિશેનો ડેટા છે. ભરતી થયા વિના કથાઓનો અભ્યાસ કરીને, તમે તે ચોક્કસ સ્થળ શોધી શકશો કે જ્યાં

વેચાણકર્તા ડેટાનો ઉપયોગ કરે છે અથવા ટ્વિસ્ટ કરે છે, દર્શકને ભાવનાત્મક અપીલ કરે છે, અને માહિતી વિશે કેવું લાગે છે તે અંગે માર્ગદર્શન આપે છે.

હવેથી, બધા વર્ણનોને સ્રોત તરીકે જુઓ કે જેની તમારી સાથે કંઈ લેવાદેવા નથી. તમે તેમની પાસેથી શીખી શકો છો, તેમના વિશ્લેષણ સાથે સંમત થશો જો તે તમારું મેળ ખાતું હોય, તો તેમનું થિયેટ્રિક્સથી તમારું મનોરંજન કરો, પરંતુ એવું ક્યારેય માનો નહીં કે તેઓ તમારા માટે બોલે છે. તમે એકલા તમારા માટે જ બોલો છો.

તમારી પોતાની ફ્યુકિંગ સમસ્યાઓ હલ કરો

આનો અર્થ એ નથી કે તમારે તમારી બધી સમસ્યાઓ એક જ સમયે અથવા ફક્ત ત્યારે જ હલ કરવી જોઈએ જ્યારે તે એટલું મોટું થઈ ગયું છે કે તમે હવે sleepંઘી શકતા નથી, તે તમને ગભરાટ ભર્યા હુમલાઓ આપે છે, તમે તમારા જીવનમાં બીજી કોઈ પણ વસ્તુ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકતા નથી, અને તમારી પાસે તમારી જાતને ઘણું બધુ મૂર્ખ કહેવાનું શરૂ કર્યું.

આનો અર્થ એ છે કે તમારે તમારી સમસ્યાઓ હલ કરવી પડશે કારણ કે તમારે કોઈ પણ સમસ્યા, કોઈ લાલ ધ્વજ, કોઈપણ ચિંતા જેની સાથે તાત્કાલિક ધોરણે કાર્યવાહી કરવાની જરૂર છે તે જોવાની માનસિકતા વિકસાવવી પડશે, પછી ભલે તે નાના અથવા મોટા છે, તે ધ્યાનમાં લીધા વગર. ભવિષ્યમાં થવાની સંભાવના સાથે. સમસ્યા હલ કરવાની માનસિકતા માન્યતા આપે છે કે સમસ્યાઓ હલ કરવા માટે છે, તે સ્વીકારે છે કે સમસ્યા એ કંઈક કામ ન કરતી હોવાનો સંકેત છે, અને

તેમની હાજરીની પ્રથમ દૃષ્ટિએ તેમને હલ કરવાની આદત બનાવે છે. સમસ્યા હલ કરવાની ટેવ હોવી જોઈએ, અંતિમ ઉપાય નહીં. જો તમે વિચારણા કરો છો

તમારા જીવનમાં સમસ્યાઓની સંખ્યા હાલમાં વણઉકેલ્યાની સ્થિતિ અને તેમની સાથે વ્યવહાર કરવા માટેનો તમારો સામાન્ય અભિગમ વહેંચે છે, તમને ખ્યાલ આવશે કે તમે તમારા મનના વિકાસના માર્ગથી કેટલા દૂર ભટકી ગયા છો. તમે જેટલી સમસ્યાઓ હલ કરો છો તેટલું જ તમે તમારા વિશે જાણશો - અને તેથી જ તમારે તેમાંથી દરેકને હલ કરવાની જરૂર છે.

અહીં એક બીજી બાબત છે, એવી સંભાવના છે કે તમારી ઘણી સમસ્યાઓ મોહ કહેવાતા સ્રોતથી આવી શકે છે. આ સ્રોતમાંથી બનાવેલી મોટાભાગની સમસ્યાઓ તેની સરખામણી, ઈર્ષ્યા, મહત્વાકાંક્ષી અને ઇચ્છા ઇચ્છિત મુખ્ય નિર્માણથી આવે છે. તેથી તમારામાંથી ઘણા સમસ્યાઓના ઉકેલો શોધવા માટે વ્યસ્ત છો જે અસ્તિત્વમાં નથી. તમે તેમને બનાવી રહ્યા છો કારણ કે વ્યવહારિક વાસ્તવિકતા દ્વારા તમે નમ્ર થયા નથી. તમે હજી પણ કાલ્પનિક દુનિયામાં રહો છો.

ઉદાહરણ તરીકે, એક સુંદર સંબંધની વ્યક્તિ તેની તુલના અન્ય લોકોના સંબંધો સાથે કરે છે; તમારા જીવનસાથીની તુલના અન્ય લોકો અથવા કોઈની સાથે કરો કે જેને તમે followનલાઇન અનુસરો છો; અને તેમાંથી, તમારા સંબંધો અને જીવનસાથીમાં ભૂલો શોધવા. તે તે વ્યક્તિ છે જે સમસ્યાઓ toભી કરવા માગે છે કારણ કે વાસ્તવિકતા તેમને રોમેન્ટિક- ક comeમેડી મૂવી નથી.

આ કેવી રીતે ઉકેલી શકાય છે? પોતાને વિચારવાથી અને પૂછવાથી, મારી સમસ્યાનું કારણ શું છે? અને જ્યારે તમને ખબર પડે કે તે તમારું મૂર્ખ અવાજવાળું મોહ અને ઇચ્છાઓ છે, તો તમે તમારી જાતને પૂછો છો કે આ મોહ અને ઇચ્છાઓ સાથે હું આ સંપૂર્ણ જીવનમાં કેમ ડૂબું છું?

તે એક .ંડો પ્રશ્ન છે. તે તમને વિચારે છે અને આકર્ષણોની પ્રકૃતિ પર પ્રશ્ન કરશે; તમે વાસ્તવિક રીતે પૂછશો કે શું તેઓ વ્યવહારીક રીતે પ્રાપ્ત પણ થઈ શકે છે, અથવા તે ફક્ત એક અનંત સંઘર્ષ છે કે જે તમે જેટલા નજીક આવશો પછી પણ પોતાને અપડેટ કરતું રહે છે?

અને તેથી જ તમે તમારી સમસ્યાઓનું નિરાકરણ લાવવું સૌથી અગત્યનું છે, કારણ કે ફક્ત આ આદત દ્વારા તમે વાસ્તવિક સમસ્યાઓ શોધી અને શોધી કા ,વા માટે આવો છો, વાસ્તવિક સમસ્યાઓ અને અસ્તિત્વમાં ન હોય તેવી સમસ્યાઓ વચ્ચે ભેદ પાડશો. ટૂંકમાં, તમે જેટલી વધારે તમારી સમસ્યાઓ હલ કરવામાં વ્યસ્ત છો, તમે કેમ અસ્તિત્વમાં નથી તેવી સમસ્યાઓ creatingભી કરી શકો છો તેના ચોક્કસ સ્રોતને શોધવાનું સરળ બને છે.

પેઈન લાગે તે તમામ અધિકાર છે

ખુશીના દરવાજા પાછળ કોઈ મહાન રહસ્યો છુપાયેલા નથી, સિવાય કે બધું જ મહાન છે અને તમારા માટે ખુશ રહેવા માટે તે મહાન માનવામાં આવે છે. તેને 'સલામત' જીવન કહે છે, અને એક અજાણ ભયભીત જીવન પણ.

જ્યારે તમને વાંધો ન હોય ત્યારે તમે જીવન વિશે, પોતાને અને બીજા વિશે ઘણું બધુ શોધી શકો છો

સુખી લાગણી બહાર પગલું. તમે જાણો છો કે તમારી મર્યાદાઓ શું છે, તમે શું લઈ શકો છો, તમે કયાથી પાછા આવી શકો છો, અને તમે શું બની શકો છો. સલામત અને હંમેશાં ખુશ રહેવાની ઇચ્છા દ્વારા તેમાંથી કંઈ શીખી અને વાસ્તવિક કરી શકાતું નથી.

તમારે તે સ્વીકારવાની જરૂર છે કે જે અનુભવો કે જે ખૂબ જ અપ્રિય, અવ્યવસ્થિત અને પીડાદાયક બનશે તે તમારા જીવનમાં આવશે. એવા લોકો છે જે અપેક્ષા રાખતા નથી કે આ વસ્તુઓ તેમની સાથે ક્યારેય થાય છે, તેથી જ્યારે પણ બને ત્યારે તેઓ પીડિતો જેવું અનુભવે છે. તેમના મગજમાં, તેઓ એવું અનુભવે છે કે તેઓ આમાંથી પસાર થવા માટે ક્યારેય લાયક નથી. તેઓ આવા અનુભવો જુએ છે કે જેમની પાસેથી ખુશી છીનવી લેવામાં આવે છે. તેથી, તેમના નિષ્કર્ષ અને ચિંતાઓ આજુબાજુમાં ફરે છે કે કોને દોષી ઠેરવો અને શું દોષ આપવું. *મારામાં આ બનવાની હિંમત કેવી છે?*

દરમિયાન, જે વ્યક્તિને અન્ય બાબતોની અનુભૂતિ કરવામાં વાંધો નથી તે સમજે છે કે તેઓ આવા છીનો અનુભવ કરવામાં એકલા નથી. લોકો દરરોજ આમાંથી પસાર થાય છે. તે કંઈ નવું નથી. તેથી, ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું તેને હલ કરવામાં અને શક્ય તેટલું તેમાંથી શીખવામાં.

ટૂંકમાં, તમારે સ્વીકારવું પડશે કે તમે માનવ છો. તમે તે બધા દ્વારા પસાર થશે. તમને કોઈક સમયે ફાડી કા ,વામાં આવશે, દગો કરવામાં આવશે, તેનો લાભ લેવામાં આવશે, ખોટું બોલવું પડશે, તેની સાથે દગો કરવામાં આવશે, પરાજિત થશે, હાંસી ઉડાવવામાં આવશે અને અયોગ્ય વર્તન કરવામાં આવશે. અને કોઈક સમયે, તમે કોઈ બીજાને પણ આ બાબતોનો ઘણો અહેસાસ કરાવશો, પછી ભલે તમે તમારી જાતને કેટલું સારું કહેશો. એવા સમયે પણ બનશે જેમાં તમે તમારા વિષે એકદમ સંકોચ અનુભવશો. તમને લાગે છે કે તમે એકલા, કદરૂપું, અનિચ્છનીય, હારી ગયા છો અને મૂળરૂપે છીના છો.

સત્ય એ છે કે, તેઓ માત્ર ભાવનાઓ છે. જો તમે ફક્ત તેમના મગજમાં તેમની હાજરીને મંજૂરી આપો તો તમે તેમના દ્વારા પસાર થઈ શકો છો. તમારે જાણવું જોઈએ કે તે ઠીક છે. તે વસ્તુઓ અનુભવવાનું ઠીક છે. તમારા બચવાની યોજના ન બનાવો, તેમને તમને ફટકો દો. તેઓ તમને વિચારવા દેશે. તે તમને પીડાના સ્ત્રોતોથી અંદર અને બહાર બંનેથી પરિચિત કરશે. શું એ નથી કે આપણે સલામત અને અન્યથા બાળકોની વચ્ચેનો તફાવત શીખી લીધો? તમે તે શિક્ષણ કેમ બંધ કરવા માંગો છો? તમે તમારી નબળાઈઓનો સ્વીકાર કરીને સમજદાર બનો, તેમ છતાં તેમને ખલેલ પહોંચાડીને નહીં. જાતે પીડા અનુભવવા દો અને ભયથી નહીં પણ આદર સાથે સ્વીકારો. મલમની આ બધી પીડાની જરૂર છે - સ્વીકૃતિ — અને પછીથી, તે ઓછી થવાનું શરૂ થાય છે.

તમારી જાતને પીડા અનુભવવા દો, કારણ કે તમે તેને મદદ કરી શકતા નથી, પરંતુ કારણ કે તેણે તે સ્થાન મેળવ્યું છે. તમે એક નિર્ણય લીધો જેનાથી તમને દુ painખ થાય. તે લડશો નહીં. નિર્ણય જુઓ જેણે તે દરવાજો ખોલ્યો. તે પીડા તમે કોઈની માટે તમારી જાતને કેટલું ખોલ્યું તે એક રીમાઇન્ડર હોઈ શકે છે. ભય તમને પોતાને બંધ કરવાની સલાહ આપે છે, ફરી ક્યારેય વિશ્વાસ નહીં કરે - તે દુ ofખના ડરનો પાઠ છે. જો તમને દગો આપવામાં આવ્યો છે, તો તમારું તર્ક સરળ રીતે પ્રવેશ મેળવવાની પ્રક્રિયાને વધુ સખત બનાવશે - તે દુ ofખનો પાઠ છે.

જ્યારે તમે પૂછશો, *બરાબર, સમાધાન શું છે?* તમારું ધ્યાન લાગણીઓ નહીં, પણ સમસ્યા તરફ દોરી જાય છે. તેથી, તમારી તર્ક ચાર્જ લે છે, તમારી ક્ષીણ થઈ ગયેલી ભાવનાઓ નહીં. અને જ્યારે તમારું તર્ક ચાર્જ થાય છે, ત્યારે તમે ધીમે ધીમે ઘણી સત્યતાઓ શોધી કા .ો છો.

કોઈ પણ માટે તમારી જાતને ક્યારેય જોડશો નહીં

તમે તો તમે જ છો. બીજાઓને પ્રભાવિત અને ઠંડી લાગે તે માટે તમે વધુને વધુ સમય શીખવા અને અજમાવવા ખર્ચ કરો છો, તમે વધુ સમય બરબાદ કરી રહ્યાં છો. આખરે, તે બધું જ તમારા આત્મનું જ્ isાન છે - આ એકમાત્ર વસ્તુ છે જે સમજાય છે, અને એકમાત્ર વસ્તુ જે તમને જીવનમાં કોઈ સંતોષ આપશે, તમારી ઉંમરને ધ્યાનમાં લીધા વિના, તમારી નેટવર્થ શું છે, અને શું તમારા સંબંધની સ્થિતિ છે. તમારા જ્ knowledgeાનમાં તે મહત્વનું છે. જો તમને હવે આની ખબર નહીં પડે, તો સમય આખરે ખાતરી કરશે કે તમે તેના વિશે શોધી કા .શો, પરંતુ તે પછી તે ખૂબ મોડું થઈ જશે.

તમે તેઓ નથી. જો તેઓ તમારી આગળ હોય, તો તેમને તમારો દુશ્મન ન બનાવો, અથવા ફક્ત તેમનું અનુયાયી ન બનો કારણ કે તમે તેઓ જ્યાં જઇ રહ્યા છે ત્યાં જવું ન ઇચ્છે. સ્પર્ધા અને અનુયાયી બનવું બંનેમાં તે કરવાના તમારા મૂળ પ્રેરણાને ભ્રષ્ટ કરવાનું વલણ છે. દુનિયા તમને જાણતી નથી, તેથી તે તમને જે વેચે છે તે દરેકને વેચે છે. તમે કદાચ તમારી જાતને પણ જાણતા ન હો, તેથી તમે ધારી લેશો કે તે તમને ખુશ કરશે. તેથી, તમને શું વેચવામાં આવી રહ્યું છે તેના વિશે ક્યારેય ખૂબ ખાતરી ન કરો. તે સામાન્ય રીતે એવી બાબતો છે જે તમારા તર્કને બંધ કરવા અને આંખોથી તમને વસ્તુઓનો પીછો કરવા માટે બનાવે છે. અમે તે વિશે પહેલેથી જ વાત કરી છે: જાહેરાત, ધારણાઓ, મોહ, યાદ છે? જો તમને ખબર હોય કે તમને શું જોઈએ છે અને તમારે શું જોઈએ નહીં તે તેઓ તમારા પર કામ કરી શકશે નહીં. સરખામણી પર પણ આ જ લાગુ પડે છે. જો તમને ખબર હોય કે જીવનમાં તમારે શું જોઈએ છે, તો તમારે બીજાની પાસે શું છે તેની કાળજી લેશો નહીં.

હંમેશાં યાદ રાખો: ધારણાઓ અસ્તિત્વમાં છે જ્યાં ડેટા નથી. અને એકત્રિત કરવા માટેનો એકમાત્ર ડેટા 'સ્વ' વિશે છે અને સ્વ શું જોઈએ છે તે દિશામાં છે. છેલ્લે, જો તમે ક્યારેય પોતાને કહ્યું છે કે તમારી જીંદગીમાં તમારી પાસે જે છે તે ઓછી છે, તો મારા મિત્ર, તેને ઓછું ગણાવવું એ એક ખ્યાલ છે જે તમે તમારી જાતની તુલના કર્યા પછી જ જન્મે છે જેની પાસે વધુ છે. જો તમે તમારી જાતની તુલના ન કરી હોત, તો તમારી પાસે જે સંપૂર્ણ છે તે સારા ઉપકરણો છે, જેમાંથી સૌથી મહત્વપૂર્ણ તે શીખવાની ક્ષમતા છે. આ સાધનોની મદદથી, તમે તમારી જાતને વિકસિત કરી શકો છો અને જે ઇચ્છો તે કમાવી શકો છો. તમારી પાસે તમે ઇચ્છો તે કરી શકો છો કારણ કે તમે કરતા કરતા વધુ ખરાબ પરિસ્થિતિઓથી બીજા ઘણા, અને તેમ કરવાનું ચાલુ રાખી શકો છો.

તમારી તુલનામાં, તમે દયનીય હોવાનાં બધાં કારણો જોશો, બધા

પગલા ન લેવાના બહાના, અને પગલાં લેવા માંગતા બધા ખોટા કારણો. પરંતુ સરખામણી ન કરવાથી, તમે જે કામે હાથમાં છે તેને વધુ સારું બનાવવા માટે તમે તેને શોધી અને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો છો. જો કોઈની પાસે તમારી કરતાં વધુ છે, તો તે તેમના માટે સારું છે. તમારી પાસે તમારી પાસે છે, તેથી તમારા મન અને એક સાથે શીખવાની ક્ષમતાનો ઉપયોગ કરો.

સ્માર્ટ, ક્લેવર, ઇન્ટેલિજન્ટ, વિઝ અને મૂર્ખ ખરેખર શું કરે છે?

મૂર્ખની વ્યાખ્યા શું છે? લોકો આ ક્ષણે કેવું અનુભવે છે તેના આધારે કોઈને પણ મૂર્ખ કહેવાનું વલણ ધરાવે છે. મૂર્ખ તે હોઈ શકે છે જે કશું જ જાણતો નથી, ઓછું જાણે છે, ભૂલો કરે છે, ખૂબ અભિવ્યક્ત નથી, કંઈક કરવું જોઈએ જે કરવું જોઈએ નહીં, ધીમે ધીમે કંઈક કરે છે, શારીરિક દેખાવથી ગ્રસ્ત છે, જીવનને ગંભીરતાથી લેતો નથી અથવા જે અનુસરવામાં નિષ્ફળ જાય છે સૂચનો. લોકો રાજકારણીઓ કહે છે જેમને તેઓ ગમતું નથી અને મૂર્ખને વોટ નહીં આપે. એક રાજકારણી માત્ર લોકોને ખાતરી નથી કરતો કે તેના વિરોધીઓ શાસન કરવા માટે ખૂબ મૂર્ખ છે, પરંતુ ચૂંટાયેલા દ્વારા સાબિત કરે છે કે લોકો મત આપવા માટે ખૂબ જ મૂર્ખ છે. મશીન મૂર્ખ હોઈ શકે છે, પ્રાણી મૂર્ખ હોઈ શકે છે, અનુભવ મૂર્ખ હોઈ શકે છે, મૂળભૂત રીતે કંઈપણ મૂર્ખ હોઈ શકે છે.

જ્યારે તે સ્માર્ટ, હોંશિયાર, બુદ્ધિશાળી, મુજબના અને મૂર્ખ જેવા શબ્દોની વાત આવે છે, ત્યારે લગભગ કોઈને પણ શબ્દકોશમાં અર્થોનું પાલન કરવાનું ધ્યાન આપતું નથી. અમે આ ક્ષણે અમારી સમજ અને લાગણીઓને આધારે તેનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. તેથી, પ્રથમ ચાર ખૂબ જ વારંવાર

વિનિમયક્ષમ રીતે વપરાય છે. તેથી, પરંપરાને ધ્યાનમાં રાખીને, ચાલો આ શબ્દોને એવી રીતે વ્યાખ્યાયિત કરીએ કે તમને ઉપયોગમાં સરળ લાગે.

1. એક સ્માર્ટ વ્યક્તિ

એક સ્માર્ટ વ્યક્તિ તે છે જે કંઇક કરવામાં અન્ય કરતા વધુ સક્ષમ છે. તે એવી વ્યક્તિ હોઈ શકે છે જેની પાસે પ્રાકૃતિક પ્રતિભા હોય, જે વ્યક્તિ બીજા કરતા કંઈક સારું કરે, એવી વ્યક્તિ જે બીજા કરતા કંઈક ઝડપથી શીખે. મને ખાતરી છે કે જ્યારે તમે કોઈને વધારે સમજાવવાની જરૂર ન પડે અને તે ખૂબ જ ઝડપથી પકડવામાં સમર્થ હોય ત્યારે તમે તે જોયું હશે, તેઓને સ્માર્ટ કહેવામાં આવે છે.

2. એક હોંશિયાર વ્યક્તિ

એક હોંશિયાર વ્યક્તિ તે છે જે જાણે છે કે આર્થિક લાભ માટે તે ક્ષમતાનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરવો . મૂળભૂત રીતે, એક હોંશિયાર વ્યક્તિ માત્ર હોશિયાર નથી, પરંતુ જાતે કેવી રીતે તે ક્ષમતાઓ પ્રદાન કરવા માટે જાણીતા છે તેના પરંપરાગત માર્ગથી આગળ વધવા માટે, કેવી રીતે મૂડીકરણ કરવું અને પોતાને માટે ફાયદાઓ કેવી રીતે બનાવવી તે જાણે છે, અને તે વધુ મોટું બનાવવાનું લક્ષ્ય રાખે છે.

પોતાને માટે તકો. આથી જ આવી ચાલને 'ચતુર' ચાલ કહેવામાં આવે છે. અને તેથી જ સફળ ઉદ્યોગપતિઓ, રાજકારણીઓ, પાવરબ્રોકર્સ અને આવા અન્ય લોકોને હોંશિયાર કહેવામાં આવે છે. ઉદાહરણ તરીકે, આ વિશ્વ મોટા ભાગે હોંશિયાર લોકો દ્વારા સંચાલિત થાય છે, અને તેથી તેમની વ્યૂહરચનાઓ, વિચારો અને યોજનાઓ વિશ્વના ફાયદાને બદલે સ્વ-લાભ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું ચાલુ રાખે છે .

3. બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિ

બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિ તે છે જે આત્મ જાગૃત બનવાનું કામ કરે છે . જ્યારે આપણે પ્રશ્નો અને સમસ્યાઓ અંગે કેટલાક પરિપ્રેક્ષ્યો ધરાવતા હોઈએ ત્યારે આપણે કોઈને બુદ્ધિશાળી કહીએ છીએ, જેમાં આપણે ખૂબ મૂંઝવણ અનુભવીએ છીએ. તેઓની વાત સાંભળીને, અમે કહીએ કે, તે ખરેખર હોશિયાર છે, કારણ કે તમારા માટે, તેઓ અર્થપૂર્ણ છે, અથવા ઓછામાં ઓછું તમને તે દૃષ્ટિકોણથી વિચારી રહ્યા છે કે જેનાથી તમે સંબંધિત થઈ શકો. તમે તેમને સ્માર્ટ તરીકે પણ ઉલ્લેખ કરી શકો છો કારણ કે તમે રસપ્રદ દલીલો અને માહિતી જોવાની અણધારી રીતો ઉત્પન્ન કરવાની તેમની ક્ષમતાથી પ્રભાવિત છો. તમે આને કંઈક એવું માને છે કે જે તમે હજી સુધી કરવાનું શીખ્યા નથી, તેથી તે તેના પર વધુ સારું કરશે, અને તેથી, ખરેખર સ્માર્ટ.

4. સમજદાર વ્યક્તિ

સમજદાર વ્યક્તિ તે છે જે આત્મ જાગૃત બને છે . સમજદાર વ્યક્તિ હોંશિયાર પણ હોઈ શકે છે પરંતુ આત્મ જાગૃતિને લીધે તે જ સમયે પ્રતિબંધિત અને મુક્ત રહેવાનું પસંદ કરે છે, તેથી, મુજબની.

તેથી, જે બાકી છે તે મૂર્ખ છે. તે કોણ છે? દરેક વ્યક્તિ મૂર્ખ છે અને કોઈ મૂર્ખ નથી. મૂર્ખતામાં તમે જે ચોક્કસ સમયે વિશ્વાસ કરો છો તેની સાથે બધું કરવાનું છે. ઉદાહરણ તરીકે, તમારો અહમ તમને તમારા વિશે એક હજાર બાબતો પર વિશ્વાસ કરી શકે છે, અને જો તમે તે માન્યતાઓને આધારે કાર્ય કરો છો, તો તમે વધુ સારી રીતે જાણેલા લોકોની આંખોમાં શોકનું મોરન છો. ચાલો એક વધુ વિશિષ્ટ ઉદાહરણ લઈએ: એક વ્યક્તિ જે વિચારે છે કે તે બુદ્ધિશાળી છે કારણ કે તેણે ઘણું વાંચ્યું છે, ઘણું જોયું છે, અને ઘણું યાદ કરે છે, પરંતુ ઘણું વિચારવાનું ચૂકી ગયું છે. તેઓ એવી વ્યક્તિની સામે મૂર્ખ વાહિયાત દેખાશે જેણે ખૂબ વિચાર કર્યો છે. ઉદાહરણો બધી દિશામાં જઈ શકે છે; તમે માનો છો કે તમે નિશ્ચિત રૂપે કંઈક જાણો છો, પરંતુ પરિણામ અન્યથા બતાવશે, અને તમને મૂર્ખ લાગશે. તમારી ક્ષમતાઓમાં અવિશ્વાસ હોવાને કારણે, તમે દાવા કરી શકો છો જે અન્યથા સાબિત થશે, અને અન્ય તમને મૂર્ખ કહેશે. તમે કોઈને વિશ્વાસ કરશો કારણ કે તમે તેના પર વિશ્વાસ કરો છો, અને તેઓ તેનો દગો કરશે પછી, હંમેશા વિશ્વાસ કરવા માટે તમે તમારી જાતને મૂર્ખ કહેશો. દૃશ્યો ઘણા ઘણા છે.

આપણે બધા સમયના ચોક્કસ મુદ્દા પર મૂર્ખ છીએ કારણ કે આપણે બધા આ બાબતોમાંથી પસાર થઈએ છીએ, આપણે બધાએ એવા વિચારોમાં વિશ્વાસ કર્યો છે જે અમને પાછળથી સમજાયું

બકવાસ, અને તેથી, અમારી શીખવાની ક્ષમતાને કારણે કોઈ પણ કાયમ મૂર્ખ નથી. મહાન દિમાગ સમર્થ પણ સમયે મૂર્ખ વર્તન કરે છે, અને તે માટે તેમને મૂર્ખ કહેવું સચોટ છે. તેથી, જો તમે માનો છો કે તમે અસમર્થ અથવા મૂર્ખ છો, તો તમારે તે જાણવાની જરૂર છે તે ખૂબ સામાન્ય માન્યતાને કારણે પણ છે. આ માન્યતા કહેવામાં આવે છે: ત્યાં સ્માર્ટ લોકો છે અને પછી ત્યાં મૂંગો લોકો છે - આપણામાંના ઘણા માને છે કે.

તે દેખીતી રીતે તુલનાથી આવે છે. તમે સ્માર્ટ વ્યક્તિને જુઓ, તમારી સાથે તેમની તુલના કરો અને નિષ્કર્ષ કા :ો: વાહ, મારી પાસે જેટલું જ્ knowledgeાન નથી. તેથી, હું મૂર્ખ વાહિયાત છું. માન્યતા એ છે કે સ્માર્ટ અથવા બુદ્ધિશાળી લોકો મૂર્ખ હોઈ શકતા નથી કારણ કે તેઓ ઘણું જાણે છે, તેઓ ખૂબ જ ઝડપથી વિચારી શકે છે, તેઓ ખૂબ જ ઝડપથી વાત કરી શકે છે, અને તે ખૂબ જ રસપ્રદ દલીલો ઉત્પન્ન કરે છે. તેથી તે એક શિસ્ત પર એટલા .ંચા સ્થાને મૂકવામાં આવે છે કે તેની તુલનામાં તમે પોતાને મોરોન તરીકે વિચારવા માટે બંધાયેલા છો. અમે પહેલાથી જ સંપૂર્ણ લોકો વિશે વાત કરી છે.

જો તમે કોઈ અધ્યાપક દ્વારા કોઈ વિષય પર કોઈ વ્યાખ્યાન જોશો અને વિચારો છો કે, હું કાંઈ પણ ન સમજવા માટે મૂર્ખ છું, તો ઉપલબ્ધ ડેટાના આધારે, તમારી અને તે વ્યક્તિ વચ્ચેનો તફાવત એ છે કે તેઓએ કંઈક એવું શીખ્યા જે તમે ન શીખ્યા. બસ આ જ. આ તેઓ જે જાણે છે તે શીખીને ઉકેલી શકાય છે. મુદ્દો એ નથી કે તમારે જોઈએ નહીં - જ્યાં સુધી તમે ઇચ્છો નહીં. મુદ્દો એ છે કે, તમે વસ્તુઓ ન જાણવા માટે મૂર્ખ બનતા નથી કારણ કે વસ્તુઓ શીખી શકાય છે. તેમાંથી કેટલાકને ખૂબ લાંબો સમય લાગે છે, પીડાદાયક બલિદાન અને શિસ્તની જરૂર હોય છે, પરંતુ તે થઈ શકે છે. લોકો આ બધા સમય કરે છે.

આશ્ચર્યજનક સિદ્ધિઓ અથવા ગુણોથી પ્રભાવિત થવું ખોટું નથી, પરંતુ તેમાંથી તારણ કા ાીને, હું ક્યારેય એમની જેમ વિચારી શકતો નથી એવી માન્યતા છે જે તમને મૂર્ખ બનાવે છે. તમે ફક્ત કંઇક વિશે જ શીખી શકતા નથી, તમે કંઇપણ શીખવું તે શીખી શકો છો, અને વસ્તુઓને કેવી રીતે અનલીયર કરવું તે પણ તમે શીખી શકો છો - તે તમારામાં સાચી સંભાવના છે. લોકોને બે બૌદ્ધિક વર્ગોમાં વહેંચે છે તે મૂંગું માન્યતાને બદલે, તમારે આ સત્ય સાથે તમારું જીવન જીવવાની શરૂઆત કરવાની જરૂર છે. પોતાને સશક્તિકરણ અને અવક્ષય કરવું એ એક જ સિક્કાની બે બાજુઓ છે. બંનેને energyર્જા અને સમયની જરૂર હોય છે. તે તમે જે માનો છો તેના પર સંપૂર્ણ નિર્ભર છે. તો, શું તમે તમારી જાતને મર્યાદિત કરવા માંગો છો અને માનો છો કે તમે ક્યારેય કોઈની જેમ વિચારી શકતા નથી અથવા તમે તમારી જાતને ઉત્તેજિત કરવા માંગો છો અને માનો છો કે તમે આ વિશ્વમાં કંઈપણ શીખી શકો છો?

ભૂલશો નહીં, ખોટી માન્યતા રાખવી એ તમને મૂર્ખ બનાવે છે; તે જ યોગ્ય છે જે તમને મુક્ત કરે છે. માત્ર એટલો જ તફાવત એ છે કે ખોટા મુદ્દાઓ સરળતાથી ઉપલબ્ધ છે, અને તમારે યોગ્ય મુદ્દાઓ માટે લડવું પડશે.